Hawdd ei Ddeall

Leonard Cheshire

Pecyn Cymorth Panel Dinasyddion

Sut i ddechrau a rhedeg eich Panel Dinasyddion eich hun

Mae'r ddogfen yma wedi cael ei hysgrifennu gan Leonard Cheshire. Mae'n fersiwn hawdd ei ddeall o '**Pecyn Cymorth Panel Dinasyddion**'.

Mai 2023

Sut i ddefnyddio'r ddogfen yma

Dyma ddogfen hawdd ei deall. Ond efallai y byddwch angen help i'w darllen. Gofynnwch i rywun rydych chi'n ei adnabod i'ch helpu.

Mae'r geiriau mewn **ysgrifen glas trwm** yn gallu bod yn anodd eu deall. Mae beth mae'r holl eiriau mewn glas yn ei feddwl ar **dudalen 66**.

Lle mae'r ddogfen yn dweud **ni**, mae hyn yn meddwl **Leonard Cheshire**. Am fwy o wybodaeth cysylltwch â:

Gwefan: www.leonardcheshire.org

E-bost: walesoffice@leonardcheshire.org

Ffôn: 020 3242 0200

Fe wnaeth Hawdd ei Ddeall Cymru wneud y ddogfen yma yn Hawdd ei Ddeall gan ddefnyddio Photosymbols. I ddweud wrthyn ni beth rydych chi'n feddwl am y fersiwn hawdd ei ddarllen hon, cliciwch yma.

Rhif trwydded Photosymbols 403527247.

Cynnwys

Sut i ddefnyddio'r ddogfen yma 2

Cyflwyniad 4

Dechrau Panel Dinasyddion 5

Ymgyrchu 14

Codi arian 20

Siarad â rhanddeiliaid a phobl eraill 30

Rolau a dyletswyddau 34

Cod Ymddygiad a Diogelu 40

Asesiadau risg a chynnal digwyddiadau 46

Prosesau Gweinyddu 58

Hard words 66

Cyflwyniad

Leonard Cheshire ydyn ni. Rydyn ni'n helpu pobl i fyw, dysgu a gweithio ar eu pen eu hunain gymaint maen nhw eisiau.

Fe fydd y pecyn cymorth yma yn eich helpu i ddechrau eich **panel dinasyddion** eich hun. Grŵp o bobl sy'n cynrychioli eu cymuned ydy **panel dinasyddion**. Maen nhw yn:

- cyfarfod i siarad am broblemau yn eu cymuned

- ac ymgyrchu dros newid o fewn eu hardal leol.

Mae ymgyrchwyr anabledd a phaneli dinasyddion wedi ein helpu ni i wneud y pecyn cymorth yma.

Mae eu profiad wedi ein helpu ni i wneud y pecyn cymorth yma yn well.

Dechrau Panel Dinasyddion

Grŵp o bobl sy'n dod at ei gilydd i:

- Gwella eu bywydau a datrys problemau yn eu cymunedau.

- Gwrando ar farn pobl.

- Annog pobl i gymryd diddordeb yn eu cymuned.

- Gweithio gyda sefydliadau, fel gwasanaethau lleol a chynghorau.

- Rhoi adborth am wasanaethau ac ymgyrchu am well gwasanaethau.

Aelodaeth a phresenoldeb

Fe ddylai eich panel dinasyddion gael 8 i 12 aelod.

Fe ddylech chi geisio gwneud yn siŵr bod yr aelodau yn cynrychioli pawb o'ch cymuned.

Er enghraifft, fe ddylai aelodau fod o gefndiroedd gwahanol, bod yn wahanol oedrannau ac efallai eu bod yn credu mewn gwahanol bethau.

Fe ddylai'r aelodau fynd i o leiaf hanner y cyfarfodydd sydd yn cael eu cynnal mewn blwyddyn.

Rhaid cael o leiaf 4 aelod mewn cyfarfod i wneud penderfyniad.

Rydych chi'n gallu cael cyfarfodydd os oes llai na 4 aelod, ond dydych chi ddim yn gallu gwneud penderfyniadau terfynol oni bai bod 4 neu fwy o aelodau.

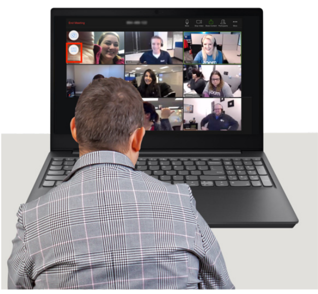
I ddod yn aelod, fe ddylai pobl:

- Mynd i ddigwyddiad gwybodaeth lle maen nhw'n gallu ymuno â'r panel drwy lenwi ffurflen. Ar bapur neu ar-lein.

- Neu cysylltu â'r panel i ofyn am ffurflen ymuno.

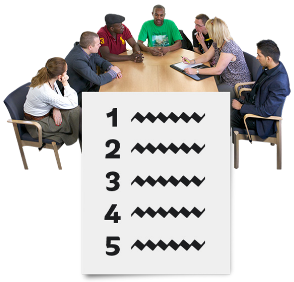
Cyfarfodydd

Fe ddylai eich panel dinasyddion gyfarfod tua phob 6 wythnos.



Fe ddylai cyfarfodydd gael eu cynnal ar-lein.

Os ydych chi eisiau cyfarfod yn bersonol, fe ddylai aelodau barhau i allu ymuno trwy alwad fideo. Rydych chi'n gallu defnyddio Zoom neu Microsoft Teams ar gyfer eich cyfarfodydd.



Cyn y cyfarfod:

Fe fydd y Cadeirydd yn anfon yr agenda a’r cyfarwyddiadau i bob aelod o’r panel am sut i ymuno â’r cyfarfod.

Yn ystod y cyfarfodydd:

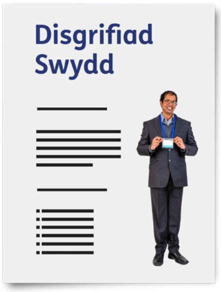
Fe fydd un person yn cymryd nodiadau ac yn rhoi copïau i bob aelod o’r panel ar ôl y cyfarfod.

Dewis rhywun i fod yn Gadeirydd

Y Cadeirydd ydy’r person sy’n gyfrifol am y cyfarfodydd. Fe fyddan nhw’n gwneud yn siŵr bod popeth yn cael ei drefnu ar gyfer y cyfarfodydd. Ac arwain y cyfarfodydd fel maen nhw’n digwydd.

Y peth gorau ydy aros nes bod pawb wedi gwneud yr hyfforddiant panel cyn dewis cadeirydd.

Os nad oes gan eich panel dinasyddion sefydliad yn helpu, yna fe ddylai 1 person redeg yr hyfforddiant ar gyfer y panel.



Ar ôl i chi i gyd wneud yr hyfforddiant, fe ddylech chi hysbysebu rôl y Cadeirydd. Fe ddylech chi annog pob aelod i ddarllen y manylion am y rôl.

Er mwyn gwneud cais am rôl y Cadeirydd, fe ddylai aelodau'r panel ddweud pam mai nhw fyddai orau ar gyfer y rôl.

Maen nhw'n gallu gwneud hyn drwy wneud cyflwyniad neu ysgrifennu llythyr at yr aelodau. Fe ddylai pobl gael y dewis am sut maen nhw'n gwneud hyn, er mwyn gwneud yn siŵr ei fod yn deg.

Y peth gorau ydy bod aelodau'r panel yn pleidleisio dros y person maen nhw'n credu ddylai fod yn Gadeirydd.

Rydych chi'n gallu gwneud hyn yn bersonol neu drwy ddefnyddio offeryn pleidleisio ar-lein, fel Slido neu SurveyMonkey.

Mae'n rhaid iddi fod yn hawdd i bob aelod allu pleidleisio. Ni ddylai aelodau ofyn i'w gilydd am bwy maen nhw'n pleidleisio.

Yr aelod sydd â'r nifer fwyaf o bleidleisiau fydd y Cadeirydd. Mae'n dda os ydy'r Cadeirydd yn gallu gwneud y rôl yma am o leiaf 12 mis.

Y person ddaeth yn ail yn y pleidleisio fydd yr Is-Gadeirydd. Maen nhw'n ail fel arweinydd ac fe fyddan nhw'n cefnogi'r Cadeirydd.

Sut i gael aelodau

Fe ddylech chi gael digwyddiad gwybodaeth i gael aelodau cyntaf y panel dinasyddion. Fe ddylai pobl ofyn am ymuno â’r panel drwy lenwi ffurflen. Ar bapur neu ar-lein.

Pan fyddwch chi eisiau mwy o aelodau newydd, fe ddylech chi ofyn i bobl sy’n defnyddio’r cyfryngau cymdeithasol a phapurau newydd a gorsafoedd radio lleol.

Fe ddylai aelodau wneud cais drwy ddefnyddio ffurflen.

Mae’n dda anfon cylchlythyr am eich panel dinasyddion bob 3 mis. Rydych chi’n gallu defnyddio eich cylchlythyr i ofyn am aelodau newydd ac i ddweud wrth sefydliadau eraill am y panel.

Dewis aelodau

Fe ddylai'r panel dinasyddion fod yn agored i bawb sydd eisiau ymuno.

Y nifer orau o aelodau ar y panel ydy 12.

Os oes gennych chi fwy o bobl, rydych chi'n gallu creu is-grŵp o fewn y panel dinasyddion.

Mae hyn yn meddwl y byddai prif grŵp sy'n penderfynu beth sy'n bwysig i weithio arno ac ym mha drefn.

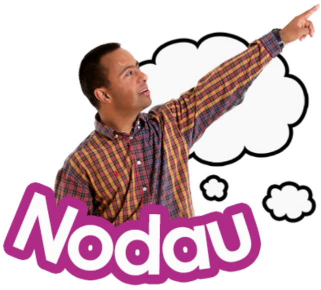
Ac is-grŵp sy'n gweithio ar 1 peth, fel codi arian, hysbysebu, neu gyfryngau cymdeithasol.

Fe ddylai’r Cadeirydd gael y gair olaf yn y ddau grŵp.

Fe ddylai’r prif grŵp ac is-grŵp gael cyfarfodydd ar wahân bob 6 wythnos.

Bob ychydig fisoedd, fe ddylai’r ddau grŵp gyfarfod i siarad am beth maen nhw wedi bod yn ei wneud. A chynllunio beth i’w wneud nesaf.

Ymgyrchu



Mae ymgyrch yn weithgaredd rydych chi'n ei wneud i gyrraedd nod penodol.

Sut i redeg ymgyrch

Mae sawl ffordd o gynnal ymgyrch, ac fe fydd pob panel yn dod o hyd i ffordd sy'n orau iddyn nhw.

Dyma ganllaw ar sut rydych chi'n gallu cynnal ymgyrch:

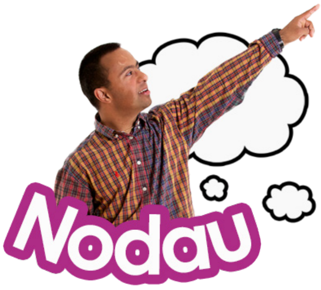
1. Dewiswch beth i ymgyrchu amdano

Fe ddylech chi feddwl am faterion sy'n effeithio ar eich cymuned leol.

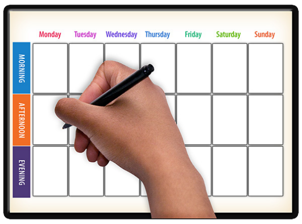
Penderfynwch beth rydych am i'r nod fod. Mae'n gallu bod i gael newid cyfraith, neu mae'n gallu bod i gael mwy o bobl i wybod am y mater. Fe ddylech chi ddeall pa newidiadau rydych chi eisiau eu gweld.

2. Gwneud cynllun prosiect

Fe ddylai'r cynllun yma:



- Dweud beth ydy nod eich ymgyrch.



- Dweud pryd fyddwch chi yn gwneud pethau a phryd y bydd yn gorffen.

- Enwi'r bobl allweddol sy'n cymryd rhan fel gwleidyddion, sefydliadau, busnesau.

- Cynnwys unrhyw ffyrdd o gael arian. Felly rydych chi'n gwybod o ble fydd arian yn dod ar gyfer y gwaith yn gynnar ac fe fyddwch chi yn gallu cynllunio'n dda.

3. Hysbysebu’r ymgyrch

Mael hysbysebu yn gallu bod yn:

- cyfryngau cymdeithasol
- cylchlythyrau
- posteri
- cyfweliadau radio
- a hysbysebion mewn papurau lleol.

Nod hysbysebu ydy cael cefnogaeth i’r ymgyrch trwy ddweud mwy wrth bobl amdano.

Ffordd dda o hysbysebu ymgyrch ydy gwneud poster amdano.

Rydych chi’n gallu rhoi hyn i bobl ar bapur ac ar-lein.

Mae cyfryngau cymdeithasol, fel Facebook a Twitter, yn gallu bod yn ffordd dda o rannu eich neges.

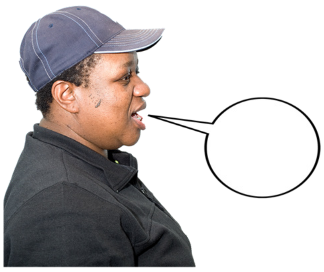
4. Rhwydwaith

Mae cysylltu â grwpiau a phobl sy'n gysylltiedig â'ch pwnc ymgyrchu yn gallu bod yn dda i gael cymorth a chefnogaeth i'r ymgyrch.

5. Casglu prawf

Os ydych chi eisiau newidiadau i ddeddfau, y peth gorau ydy eich bod chi yn casglu prawf i gefnogi eich ymgyrch. Mae eich prawf yn gallu bod yn:

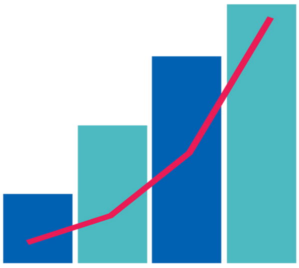
- Deisebau wedi'u llofnodi.



- Arolygon.

- Sylwadau gan aelodau o'r cyhoedd.

- Cyfweliadau fideo.

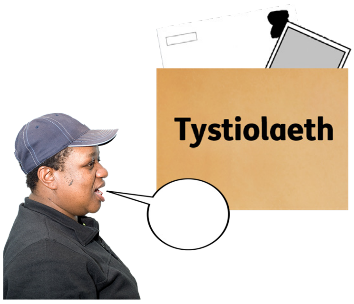


- Pethau rydych chi wedi eu cyfrif neu eu mesur.

6. Cael pobl bwysig i gymryd rhan

Er mwyn newid deddfau, fe ddylech chi ddweud wrth wleidyddion a chynghorwyr am eich ymgyrch i geisio eu cael i'ch cefnogi.

Y peth gorau ydy cael cyflwyniad yn egluro'r ymgyrch a'r camau rydych chi wedi eu dilyn.



Rydych chi'n gallu cyflwyno'r prawf rydych chi wedi ei gasglu a gofyn i aelod o'r cyhoedd rannu eu profiad.

7. Adolygiad

Ar ddiwedd yr ymgyrch, fe ddylech chi edrych ar eich cynnydd a gweld os ydych chi wedi cyrraedd eich nod.

Os ydych chi wedi cyrraedd eich nod, efallai y byddwch chi yn penderfynu dechrau ymgyrch newydd.

Os nad ydych chi wedi cyrraedd eich nod, efallai y byddwch chi yn:

- Edrych ar eich cynllun prosiect a chynnal yr ymgyrch am gyfnod hirach neu

- Stopio’r ymgyrch am gyfnod a’i hailddechrau yn nes ymlaen pan fydd gennych chi fwy o gefnogaetht.

Rhaid i dros hanner aelodau eich panel dinasyddion gytuno i orffen ymgyrch.

Am ragor o awgrymiadau ar sut i gynnal ymgyrch dda, edrychwch ar **Atodiad 1**.

Codi arian

Sut i agor cyfrif banc

Er mwyn agor cyfrif banc elusennol, mae'r banc yn gallu gofyn i'r panel dinasyddion alw i'w gweld nhw.

Efallai y bydd angen i'r banc weld rhai o ddogfennau'r panel neu gofnodion cyfarfod.

Fe ddylech sefydlu'r cyfrif fel bod yn rhaid i 2 berson lofnodi pob siec neu gymeradwyo cymryd arian allan. Dydy'r 2 berson ddim yn gallu bod o'r un teulu.

Meddyliwch am ddefnyddio banc sy'n agos at lle mae'r panel dinasyddion yn byw.

Sut i godi arian

Mae llawer o ffyrdd i gael arian ar gyfer eich ymgyrch:

- Grantiau
- Ymddiriedolaethau
- JustGiving
- Ariannu torfol

Meddyliwch am eich ymgyrch:

- Pam ddylai pobl roi arian i chi?

- Faint o arian rydych chi ei angen? Cael nod i anelu ato.

- Sut fydd yr arian yn eich helpu chi? Ar beth fyddwch chi'n defnyddio'r arian?

Gwahanol fathau o godi arian

Efallai bydd sefydliadau eisiau rhoi symiau bach fel £500. neu symiau mawr fel £500,000.

Mae angen i chi ddod o hyd i'r un sy'n ateb eich anghenion a'ch nodau.

Cysylltwch â’ch **Cyfalaf Menter Gorfforaethol** leol. Mae **Cyfalaf Menter Gorfforaethol** yn arian gan fusnesau mawr sydd eisiau cefnogi gwaith cymunedol.

Rydych chi’n gallu dysgu mwy am **Cyfalaf Menter Gorfforaethol** yma: www.british-business-bank.co.uk/finance-hub/corporate-venture-capital

Rydych chi’n gallu cofrestru ar gyfer eu cylchlythyr ar gyfer syniadau ariannu rheolaidd.

Maen nhw yn gallu:

- Dweud wrthych chi am gyllidwyr yn yr ardal leol.

- Helpu chi i wneud cais am yr arian.

WcVA
CgGC

Rydych chi’n gallu cofrestru ar gyfer y cylchlythyr gan **Gyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru** (CGGC).

Mae'r gwefannau yma yn ddefnyddiol wrth chwilio am ffyrdd o gael arian ar gyfer eich ymgyrch:

Cefnogi Trydydd Sector Cymru
Third Sector Support Wales

www.thirdsectorsupport.wales/cy/

WCVA
CGGC

www.wcva.cymru/cy/cyllid/

GrantsOnline

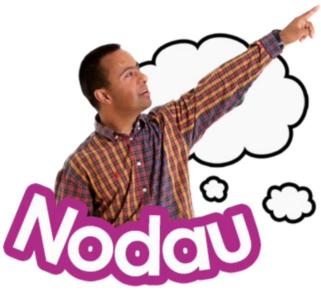
www.grantsonline.org.uk/region-news/wales

Sut i wneud cais am arian

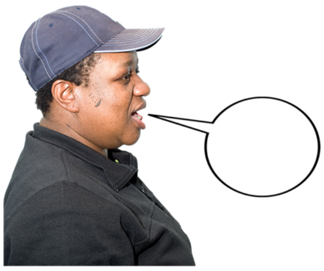
Dysgwch am y cyllidwr a gweld os ydy beth maen nhw'n ei wneud yn cyd-fynd â'ch ymgyrch.

Mae cyllidwyr yn fwy tebygol o roi'r arian os:

- ydyn nhw'n teimlo eich bod chi yn rhannu eu gwerthoedd ac



- oes gennych chi nod sy'n dda i chi a nhw.



Mae'r cyllidwyr yn hoffi derbyn cais. Dyma lle rydych chi'n dweud wrthyn nhw pam ddylech chi gael yr arian a beth rydych chi am ei wneud gyda'r arian.

Gofynnwch i'r cyllidwr sut maen nhw am dderbyn y cais. Mae'n gallu bod yn:

- e-bost

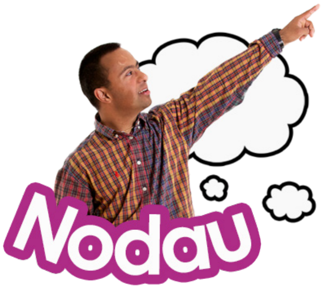
- ffurflen sydd angen i chi ei llenwi

- cyfarfod

- cyflwyniad.

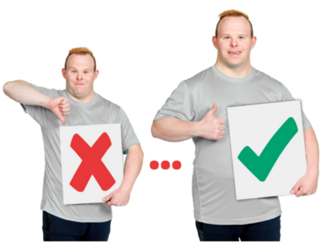
Fe ddylai ceisiadau am arian ateb 4 cwestiwn:

1. Beth ydy'r broblem rydych chi'n ceisio ei datrys?

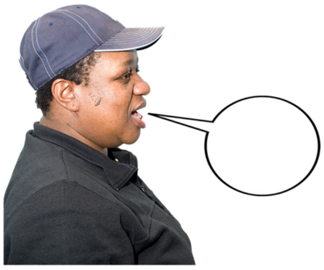


2. Beth ydy'r nod rydych chi'n anelu ato?

3. Pam mai chi ydy'r grŵp gorau i wneud hynny?



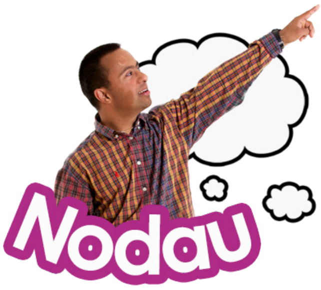
4. Beth fydd yn wahanol pan fydd gennych chi'r arian?



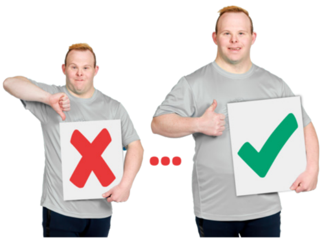
Mae angen i chi ddweud wrth y cyllidwr sut y byddwch chi’n eu cadw nhw’n rhan o’r broses.

Fe fyddan nhw eisiau diweddariadau ynghylch:

- Sut rydych chi yn gwario eu harian.



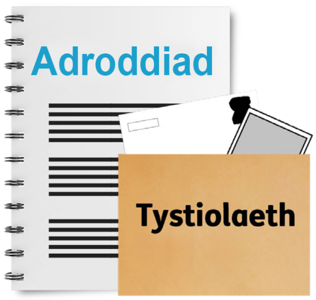
- Os ydych chi ar y llwybr iawn i gyflawni eich nodau.



Maen nhw eisiau gwybod bod eu harian yn gwneud newid positif.

Fe ddylech chi gytuno ar gynllun gyda nhw ynglŷn â sut a phryd y byddwch chi’n eu diweddaru.

Mae'r diweddariadau yn gallu bod yn fisol, bob 3 mis, neu bob 6 mis.



Efallai y byddan nhw eisiau adroddiad neu gyfarfod gyda phrawf o'r hyn rydych chi wedi'i wneud hyd yn hyn.

Siarad â rhanddeiliaid a phobl eraill

Rhanddeiliaid

Pobl sydd â diddordeb yn y gwaith rydych chi'n ei wneud ydy rhanddeiliaid oherwydd:

- mae eich gwaith yn eu heffeithio
- neu maen nhw yn gallu effeithio ar eich gwaith.

Mae rhanddeiliaid yn gallu bod yn sefydliadau anabledd, cynghorwyr lleol, neu weinidogion y llywodraeth.

Darganfyddwch pwy ydy'r rhanddeiliaid ar gyfer eich ymgyrch cyn i chi ddechrau.

Meddyliwch am bwy fyddai â diddordeb yn eich gwaith. Mae hyn er mwyn i chi wybod wrth bwy i ddweud am beth rydych chi'n ei wneud.

Cyn cysylltu â rhanddeiliaid, fe ddylech chi feddwl am sut rydych chi am eu cynnwys.

Mae hyn yn meddwl bod pob aelod o'r panel yn deall pa bethau i ddweud wrth y rhanddeiliaid amdanyn nhw. Mae'n well os ydy 1 aelod panel yn cysylltu.

Mae gwahanol randdeiliaid angen gwahanol ffyrdd o gysylltu gyda nhw. Ar gyfer Aelodau Seneddol, efallai y byddwch chi yn ysgrifennu llythyr.

I wirfoddolwr, efallai y byddai e-bost neu neges ffôn yn well.

Mae'n bwysig gweithio gyda rhanddeiliaid a helpu eich gilydd.

Ffyrdd o gyfathrebu

Cyfathrebu mewnol

Mae cyfathrebu mewnol yn meddwl siarad rhwng aelodau'r panel dinasyddion.

Un enghraifft fyddai'r Cadeirydd yn dweud wrth aelodau'r panel y dyddiad ar gyfer y cyfarfod nesaf.

Mae hyn yn gallu bod trwy e-bost, Facebook Messenger, testun neu WhatsApp. Fe ddylai'r panel gytuno ar ba ffurf maen nhw eisiau ei ddefnyddio.

Cyfathrebu allanol

Mae cyfathrebu allanol yn meddwl siarad rhwng y panel dinasyddion a sefydliadau allanol, busnesau neu bobl.

Un enghraifft fyddai aelod o'r panel yn anfon llythyr at randdeiliaid. Mae enghreifftiau eraill yn cynnwys datganiadau i'r wasg, cylchlythyrau, e-byst, a galwadau ffôn.

Atodiad 2:

Enghreifftiau o gyfathrebu allanol

Cylchlythyr:

Mae cylchlythyr yn adroddiad am beth rydych chi wedi bod yn ei wneud. Mae'n gallu cael ei argraffu neu ei rannu ar-lein. Fe fyddech chi yn anfon cylchlythyr at aelodau, rhanddeiliaid a phobl eraill sydd wedi cytuno i'w dderbyn.

Y Wasg:

Mae datganiad i'r wasg yn ddatganiad ysgrifenedig swyddogol i'r cyfryngau i rannu gwybodaeth neu ddweud rhywbeth pwysig wrth bobl.

Dyma enghraifft o ddatganiad i'r wasg: https://www.leonardcheshire.org/about-us/our-news/press-releases/olivia-breen-challenges-you-showmeyoucan

1

I weld enghreifftiau o wahanol fathau o gyfathrebu allanol, edrychwch ar **Atodiad 2**.

Cyfathrebu organig

Fel arfer, mae cyfathrebu organig yn meddwl cyfathrebu drwy sianeli cyfryngau cymdeithasol. Un enghraifft fyddai rhywun yn gadael sylw ar neges Facebook ac aelod o'r panel yn ateb.

Rolau a dyletswyddau

Mae llawer o rolau o fewn panel dinasyddion mae pobl yn gallu eu gwneud. Mae 3 rôl y mae'n rhaid i chi eu cael os ydych chi eisiau codi arian a chael arian cymunedol. Y rolau yma ydy:

- Cadeirydd.
- Trysorydd.
- Ysgrifennydd.

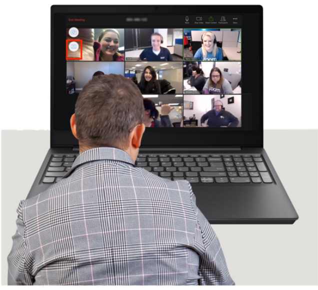
Dydych chi ddim yn gall gwneud cais am arian heb i bobl wneud y 3 rôl yma.

Beth rydych chi ei angen ar gyfer codi arian:

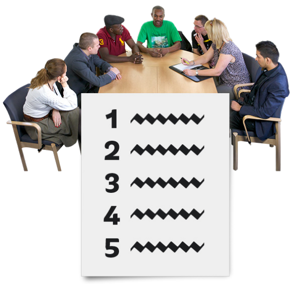
Cadeirydd

Mae’r Cadeirydd yn goruchwylio panel y dinesydd.

Dyletswyddau:



- Trefnu’r cyfarfodydd.



- Ysgrifennu’r agenda ar gyfer pob cyfarfod.

- Bod yn gyd-berchennog cyfrif banc y panel dinasyddion.

- Gwneud yn siŵr bod y panel yn cyrraedd y nodau ar gyfer pob ymgyrch.

Trysorydd

Mae'r Trysorydd yn gofalu am arian y panel dinasyddion.

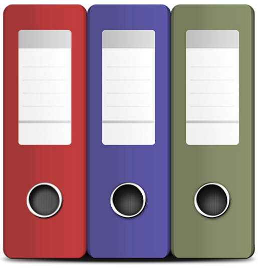
Duties:

- Bod yn gyd-berchennog cyfrif banc y panel dinasyddion.

- Gofalu am gyllideb y panel dinasyddion.

- Gwneud yn siŵr eich bod yn gwario arian yn y ffordd gywir.

- Gwneud gais am unrhyw geisiadau neu gronfeydd cymunedol i gael arian ar gyfer ymgyrchoedd.



Ysgrifennydd

Yr Ysgrifennydd sy'n cad trefn ar y panel.

Dyletswyddau:

- Edrych ar ôl cyfrif e-bost y panel dinasyddion ac ateb unrhyw e-byst.

- Ysgrifennu'r nodiadau ar bob cyfarfod a rhoi copïau i aelodau'r panel ar ôl hynny.

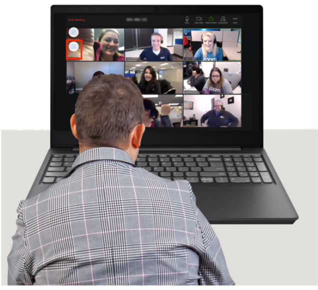
- Ysgrifennu'r cylchlythyr a'i anfon allan.

Rolau eraill:

Does dim angen y rolau yma i gael cyllid, ond efallai y byddan nhw yn eich helpu chi i gyrraedd eich nodau.

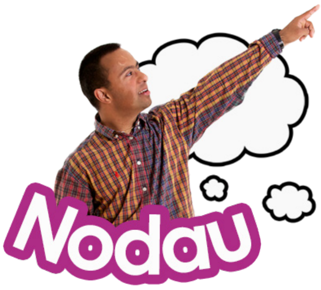
Is-Gadeirydd

Dyletswyddau:



- Mynd i gyfarfodydd a digwyddiadau pan nad ydy'r Cadeirydd yn gallu mynd.

- Helpu'r Cadeirydd i baratoi ar gyfer cyfarfodydd.



- Helpu'r panel i gyrraedd eu nodau ymgyrchu.

Rheolwr Cyfryngau Cymdeithasol

Dyletswyddau:

- Gofalu am gyfrifon cyfryngau cymdeithasol y panel (fel Facebook, Twitter, Instagram).

- Tynnu luniau a'u postio i ddweud wrth bobl am beth mae'r panel yn ei wneud.

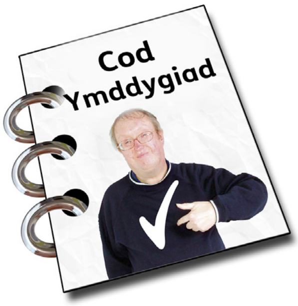
Codi arian

Dyletswyddau:

- Trefnu gweithgareddau codi arian er mwyn cael arian i'r panel a'u hymgyrchoedd.

Cod Ymddygiad a Diogelu

Cod ymddygiad

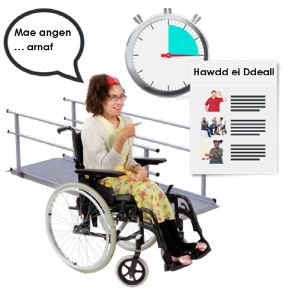


Mae cod ymddygiad yn meddwl cyfres o reolau ar sut y dylai aelodau'r panel ymddwyn yn ystod cyfarfodydd ac mewn digwyddiadau.

Y peth gorau ydy bod holl aelodau'r panel yn dilyn y rheolau yma:

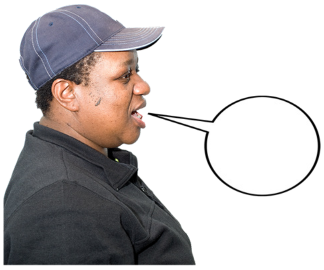
- Parchu barn pobl eraill, a pheidio â dweud pethau drwg amdanyn nhw nac wrthyn nhw.

- Gwneud **addasiadau rhesymol** i wneud yn siŵr bod pob aelod o'r panel yn gallu cymryd rhan.



> Mae **addasiadau rhesymol** yn newidiadau y gall lleoedd a gwasanaethau eu gwneud i sicrhau bod pawb yn gallu eu defnyddio. Er enghraifft, gosod rampiau mewn adeiladau ar gyfer defnyddwyr cadeiriau olwyn. Neu roi gwybodaeth mewn hawdd ei ddeall.

- Ymuno â chyfarfodydd panel a chymryd rhan mewn ymgyrchoedd.



- Siarad gyda phob un wyneb yn wyneb, drwy e-bost a neges destun.

- Gwneud beth sydd orau i’r panel a dim beth sydd orau i chi.

- Helpu’r cyfarfodydd i fynd yn dda a chadw at yr agenda.

- Bod yn gwrtais ac yn barchus. Peidio â bwlio neb.

- Dilyn rheolau diogelu.

Diogelu

Mae **diogelu** yn meddwl diogelu iechyd a llesiant rhywun. Yn enwedig plant ac oedolion sydd fwyaf mewn perygl, i wneud yn siŵr eu bod yn gallu byw heb gamdriniaeth na niwed.

Gwiriad y Gwasanaeth Datgelu a Gwahardd (DBS)

Disclosure & Barring Service

Mae **gwiriadau DBS** yn syniad da os bydd digwyddiadau gyda phlant neu oedolion sydd mewn mwyaf o berygl yn cael eu cynnal.

Mae **Gwiriad DBS** yn archwiliad o record droseddol rhywun. I weld a ydyn nhw'n ddiogel i fod o amgylch pobl sydd fwyaf mewn perygl o niwed.

Fe ddylai pob aelod o'r panel gael **gwiriad DBS** os ydy 1 aelod o'r panel yn blentyn neu'n oedolyn sydd mewn perygl o niwed. Dyma'r gyfraith.

Mae gan yr **NSPCC** fwy o wybodaeth am ddiogelu:

https://learning.nspcc.org.uk/safeguarding-child-protection/voluntary-community-groups

Os bydd rhywun yn dweud wrthych chi eu bod yn dioddef camdriniaeth neu esgeulustod, mae dyletswydd arnoch chi i roi gwybod amdano.

Rhaid i chi ddweud wrth yr heddlu os ydy'r person mewn perygl.

Fe ddylai pob aelod wybod am ddiogelu a'r deddfau amdano.

Chwythu'r chwiban

Chwythu'r chwiban ydy pan mae gweithiwr yn dweud wrth berson cyfrifol am rywbeth drwg sydd yn digwydd yn eu gweithle eu hunain. Fe fyddai'n rhywbeth sy'n effeithio ar eraill, a dim arnyn nhw eu hunain yn unig.

Mae'r gyfraith yn amddiffyn chwythu'r chwiban. Mae hyn yn meddwl bod rhaid i chi drin y person yn deg a dydyn nhw ddim yn gallu colli ei swydd oherwydd eu bod wedi adrodd eu pryderon.

Cydsyniad

Os bydd cyfarfodydd panel yn defnyddio galwadau fideo, a'ch bod yn eu recordio, rhaid i bob person sy'n ymuno roi eu caniatâd cyn dechrau.

Mae rhoi caniatâd yn meddwl eich bod chi yn cytuno i rywbeth.

Os ydy'r panel eisiau rhannu lluniau neu fideos ar gyfryngau cymdeithasol, mae'n rhaid i'r holl bobl ynddyn nhw roi caniatâd.

Os ydyn nhw'n blant, mae'n rhaid i riant neu warchodwr roi caniatâd. Caniatâd ysgrifenedig sydd orau.

Os nad ydy'r person yn rhoi caniatâd, dydych chi ddim yn gallu defnyddio'r llun neu'r fideo, neu os oes angen i chi guddio neu dorri ei wyneb allan.

Asesiadau risg a chynnal digwyddiadau

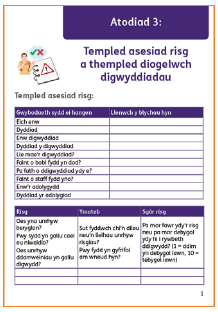
Asesiadau risg

Asesiad risg ydy archwiliad i weld

- pa risgiau sydd yna
- sut maen nhw'n gallu niweidio pobl
- a'r hyn rydyn ni'n gallu ei wneud i leihau'r risg.

Wrth gynllunio digwyddiad, fe ddylech chi wneud **asesiad risg** o'r lle rydych chi'n cynnal y digwyddiad. Felly mae pob aelod o'r panel yn gwybod beth sydd yn gallu mynd o'i le a sut i ddelio â risgiau.

Fe ddylech chi wneud yr asesiad risg **2 wythnos** cyn y digwyddiad.



Mae **asesiad risg** heb ei lenwi yn **Atodiad 3**.

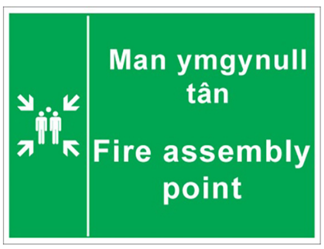
Mae hefyd yn well cwblhau **cynllun diogelwch digwyddiadau**.

Dyma ddogfen sy'n cynnwys manylion pwysig am y digwyddiad, fel:

- Faint o doiledau sydd yna?

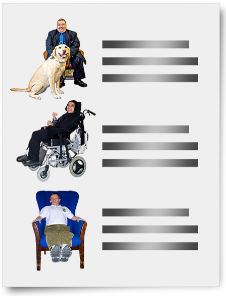
- Ble mae'r allanfa dân?

- Pwy sy'n gyfrifol am gymorth cyntaf?



- Lle mae man ymgynull tân?

Fe ddylai gynnwys:

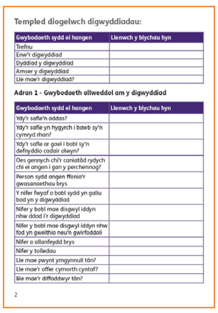


- Rhestr o gysylltiadau gan gynnwys y Cadeirydd a'r Is-gadeirydd.

- Cynllun ar gyfer os nad ydy'r digwyddiad yn mynd fel sydd wedi cael ei gynllunio. Er enghraifft, os oes yna storm neu os ydy rhywun yn anafu ei hun a bod angen i chi ffonio'r ambiwlans neu'r heddlu.

Fe ddylech chi roi **cynllun diogelwch y digwyddiad** a'r **asesiad risg** i holl aelodau'r panel.

Mae hyn fel bod pawb yn glir am beth sydd angen iddyn nhw ei wneud os bydd rhywbeth yn mynd o'i le.



Templed diogelwch digwyddiadau:

Gwybodaeth sydd ei hangen	Llenwch y blychau hyn
Trefnu	
Enw'r digwyddiad	
Dyddiad y digwyddiad	
Amser y digwyddiad	
Lle mae'r digwyddiad?	

Adran 1 - Gwybodaeth allweddol am y digwyddiad

Gwybodaeth sydd ei hangen	Llenwch y blychau hyn
Ydy'r safle'n addas?	
Ydy'r safle yn hygyrch i bawb sy'n cymryd rhan?	
Ydy'r safle ar gael i bobl sy'n defnyddio cadair olwyn?	
Oes gennych chi'r caniatâd rydych chi ei angen i gan y perchennog?	
Person sydd angen ffonio'r gwasanaethau brys	
Y nifer fwyaf o bobl sydd yn gallu bod yn y digwyddiad	
Nifer y bobl mae disgwyl iddyn nhw ddod i'r digwyddiad	
Nifer y bobl mae disgwyl iddyn nhw fod yn gweithio neu'n gwirfoddoli	
Nifer o allanfeydd brys	
Nifer y toiledau	
Lle mae pwynt ymgynnull tân?	
Lle mae'r offer cymorth cyntaf?	
Ble mae'r diffoddwyr tân?	

2

Mae cynllun diogelwch digwyddiadau heb ei lenwi yn **Atodiad 3**.

Cynnal digwyddiadau

Mae llawer o bethau i feddwl amdanyn nhw wrth gynllunio a chynnal digwyddiad. Dyma rai pethau pwysig:

Cymorth cyntaf

Mae angen i chi gadw'r bobl rydych chi'n eu gwahodd i'ch digwyddiad yn ddiogel.

Fe ddylai rhywun yn eich panel dinasyddion gael hyfforddiant cymorth cyntaf i helpu os ydy rhywun yn cael anaf.

Os bydd anaf mwy difrifol yn digwydd, fe ddylech chi ffonio 999 am ambiwlans.

Mae'n dda hyfforddi 2 neu fwy o bobl fel bod rhywun bob amser ar gael sy'n gallu rhoi cymorth cyntaf.

Yn ystod y digwyddiad, fe ddylech chi gadw'r Offer Cymorth Cyntaf yn rhywle hawdd cael gafael arno.

Neu rydych chi'n gallu talu i Ambiwlans Sant John ddarparu cymorth cyntaf.

St John Ambulance Cymru

Mae ganddyn nhw ganllawiau ar gyfer gwahanol fathau o ddigwyddiadau:

www.sja.org.uk/what-we-do/our-first-aid-services/event-first-aid-cover/getting-the-right-level-of-first-aid-cover-for-your-event/

Diogelwch tân

Eich dyletswydd chi ydy lleihau y risg o dân yn eich digwyddiad.

Fe ddylech chi wneud **asesiad risg tân** cyn y digwyddiad. Fe ddylai pob aelod o'r panel wybod beth i'w wneud os oes tân yn digwydd fel bod pawb yn mynd allan yn ddiogel.

Fe ddylai cerbydau'r gwasanaeth brys allu cyrraedd adeilad y digwyddiad.

Mae'n bwysig gwneud yn siŵr nad ydych yn rhwystro'r allanfeydd tân.

Fe ddylai'r llwybr i bob allanfa fod yn ddigon eang ar gyfer

- defnyddwyr cadair olwyn ac
- i ofalwr a pherson anabl gerdded wrth ymyl ei gilydd.

Trwyddedau a chaniatâd

Efallai y bydd angen **trwyddedau** arnoch chi i gynnal digwyddiad. Dogfen swyddogol ydy **trwydded** sy'n eich galluogi i wneud rhywbeth. Edrychwch ar hyn yn gynnar yn eich cynllunio.

Mae'n syniad da cael **yswiriant atebolrwydd cyhoeddus**. Fe fydd yr yswiriant hwn yn talu'r gost os ydy pobl yn cael anaf neu os ydy eu heiddo'n cael ei ddifrodi yn eich digwyddiad.

Am fwy o wybodaeth am gynnal digwyddiad gwirfoddol, mae gan y Llywodraeth ganllaw yma:

www.gov.uk/government/publications/can-do-guide-for-organisers-of-voluntary-events/the-can-do-guide-to-organising-and-running-voluntary-and-community-events

Accessibility

Cyn y digwyddiad:

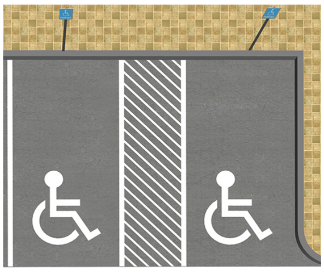
Fe ddylai pob digwyddiad fod yn **hygyrch** i bawb.

Mae **hygyrch** yn meddwl bod eich digwyddiad yn hawdd i'w ddarganfod ac yn ddiogel i bawb fynd yno, beth bynnag ydy eu hanghenion.

Wrth anfon gwahoddiadau, mae'n dda gofyn i bobl gysylltu â chi i ddweud os oes ganddyn nhw unrhyw anghenion, fel:

- Dehonglydd Iaith Arwyddion Prydain.

- Alergedd bwyd neu anghenion deiet.

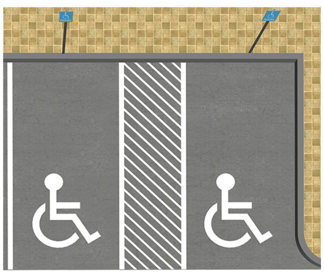


- Lle parcio yn agos at y fynedfa.

Ar yr hysbysebion, gwnewch wybodaeth am **hygyrchedd** yn glir. Dywedwch os oes gan y lleoliad fynediad i gadair olwyn, os oes lifft ar gael neu os oes dolen clyw.

Fe fydd hyn yn gwneud i bobl deimlo bod croeso iddyn nhw ac fe fyddan nhw yn fwy tebygol o ddod.

Mae'n syniad da gwneud map yn dangos lle mae pethau fel y rhain:



- parcio i bobl anabl

- toiledau anabl

- allanfeydd argyfwng **hygyrch**

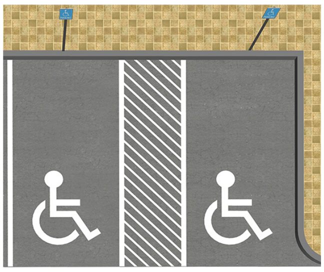
- llwybr dianc ar gyfer argyfwng.

Efallai y bydd rhai pobl angen gwybodaeth mewn lliw gwahanol, print bras neu mewn Hawdd ei Ddeall.

Os oes grisiau yn y lleoliad, rydych chi’n gall llogi ramp.

Mae’n dda cael ystafell dawel. Mae hyn yn gallu rhoi lle i bobl ymlacio, cymryd meddyginiaeth neu gael seibiant o’r digwyddiad a’r dorf.

Yn ystod y digwyddiad:



Mae gwirfoddolwyr yn gallu cyfarfod â phobl wrth iddyn nhw ddod i mewn a dangos iddyn nhw beth maen nhw ei angen, fel parcio anabl.

I helpu pobl sy'n defnyddio cadeiriau olwyn a sgwteri symudedd gwnewch yn siŵr bod:

- bylchau'n ddigon llydan

- dydy'r byrddau ddim yn rhy uchel iddyn nhw eu defnyddio

- mae'r llwybr i'r allanfa dân yn glir.

Os oes yna bobl ar y llwyfan, mae'n dda cadw seddi i bobl anabl, gofalwyr, a dehonglwyr yn y blaen.

Costau

Mae gwneud digwyddiad yn gallu costio llawer o arian.

Fe ddylai'r trysorydd osod faint o arian rydych chi'n gallu ei wario ar y digwyddiad. Dyma'r gyllideb.

Fe ddylen nhw wneud yn siŵr bod pob aelod o'r panel yn gwybod beth ydy'r gyllideb.

Fe ddylai aelodau'r panel sy'n poeni am wariant ddweud wrth y trysorydd.

Ar gyfer digwyddiadau gwirfoddol rydych chi'n gallu gofyn i'r gymuned leol roi offer, bwyd, diodydd, arian.

Mae cael gwirfoddolwyr i helpu mewn digwyddiad yn gallu lleihau costau.

Gofynnwch i siaradwyr a pherfformwyr os ydyn nhw'n fodlon gwneud y digwyddiad am ddim neu ar bris llai.

Prosesau Gweinyddu

Bod yn agored ac yn glir

Fe ddylai'r panel gytuno pryd i roi'r cofnodion o bob cyfarfod i aelodau. Mae hyn er mwyn i bawb fod yn glir beth sydd angen iddyn nhw ei wneud nesaf.

Fe ddylai'r Cadeirydd a'r Trysorydd ddweud wrth y panel am ddiweddariadau ar yr ymgyrch a'r gyllideb ar ddechrau pob cyfarfod.

Rydych chi'n gallu ysgrifennu cylchlythyr i ddiweddaru pobl ar eich gwaith. Mae ei anfon allan bob 3 mis yn dda. Edrychwch ar **Atodiad 2** am enghraifft.

Gwrthdaro buddiannau

Gwrthdaro buddiannau ydy pan mae bywyd personol rhywun yn gallu effeithio ar eu penderfyniadau fel rhan o banel y dinesydd.

Er enghraifft, fe fyddai dewis talu aelod o’r teulu i siarad mewn digwyddiad, yn wrthdaro buddiannau.

Rhaid i unrhyw aelod o’r panel ddweud wrth y Cadeirydd os oes ganddyn nhw wrthdaro buddiannau.

Sut i wneud cwyn

Os oes gan aelod o’r panel gŵyn am aelod arall o’r panel, dyma’r camau:

1. Dweud wrth rywun

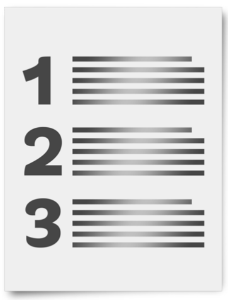
Dywedwch wrth y Cadeirydd.

Os mai’r Cadeirydd ydy’r person y mae’r gŵyn yn ei erbyn, dywedwch wrth yr Is-gadeirydd, Ysgrifennydd neu Drysorydd.

Maen nhw’n gallu datrys y broblem ar y cam yma neu symud ymlaen i’r camau nesaf.

2. Cwyno yn ysgrifenedig

Os ydych chi ddim yn hapus ar ôl cam 1, rhowch eich cwyn mewn ysgrifen ac e-bost neu ei bostio at y Cadeirydd.



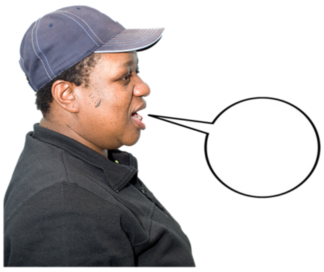
Dweud yn erbyn pwy mae’r gwyn, pryd wnaeth hyn ddigwydd a beth ydy’r broblem.

Fe ddylai'r Cadeirydd ddweud wrthych chi eu bod wedi cael eich cwyn, a beth maen nhw'n mynd i'w wneud nesaf.

3. Rhoi prawf

Fe ddylech chi gasglu unrhyw brawf am eich cwyn a'i roi i'r Cadeirydd. Y peth gorau ydy ysgrifennu amser a dyddiad unrhyw alwadau, pwy wnaethoch chi siarad â nhw a beth rydych chi a nhw wedi ei ddweud.

Fe ddylai gymryd 4 i 6 wythnos i ddatrys cwyn.



Os nad ydych chi wedi clywed dim ar ôl 4 wythnos, gofynnwch am ddiweddariad ar eich cwyn.

4. Y canlyniad – derbyn neu apêl

Os ydych chi yn hapus gyda chanlyniad eich cwyn, fe ddylech ei dderbyn.

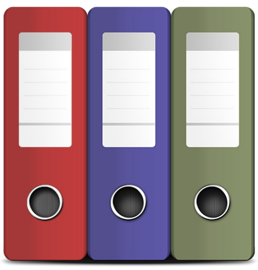
Os nad ydych chi yn hapus rydych chi'n gallu **apelio**. Mae hyn yn ffordd ffurfiol o ofyn am newid penderfyniad.

Rydych chi'n gallu **apelio** drwy ofyn i berson arall edrych ar eich cwyn. Fe ddylech chi wneud hyn mewn ysgrifen gan roi eich rhesymau.

Sut i adael y panel

Os byddwch chi yn penderfynu gadael y panel dinasyddion fe ddylech chi roi hyn mewn ysgrifen i'r Cadeirydd.

Mae'n dda os gallwch chi fynd i'r cyfarfod panel nesaf, fel eich bod chi yn gallu trosglwyddo eich gwaith i weddill y panel.



Fe ddylech chi roi unrhyw ddogfennau panel, offer, neu gofnodion sydd gennych chi yn ôl i'r Cadeirydd.

Os mai'r Cadeirydd ydy'r person sy'n gadael, fe ddylen nhw roi hyn mewn ysgrifen i'r Trysorydd neu'r Ysgrifennydd.

Os oes gan y panel Is-gadeirydd, fe fyddan nhw yn dod yn Gadeirydd nes bydd y panel yn pleidleisio dros Gadeirydd newydd.

Mae'r panel yn gallu penderfynu stopio'r ymgyrch nes bod Cadeirydd newydd yn hyderus yn eu rôl.

Digwyddiadau annisgwyl bywyd

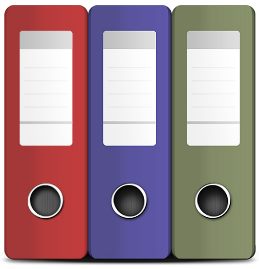
Mae yna adegau efallai pan fydd gan aelod o'r panel salwch, felly dydy hi ddim yn bosib iddyn nhw wneud eu dyletswyddau. Neu efallai bod aelod o'r panel fyn marw.

Mae'n bwysig bod gan y panel gynllun ar gyfer hyn.

Y peth gorau ydy bod yr Is-Gadeirydd yn camu i'r adwy os nad ydy'r Cadeirydd yn gallu rhedeg y panel ddim mwy.

Fel bod pawb yn gallu cael y dogfennau maen nhw eu hangen, fe ddylen nhw fod:

- ar gyfrif cyfrifiadur mae pawb yn gallu ei ddefnyddio



- fe ddylech chi wneud llungopïau a'u cadw mewn man diogel lle mae aelodau eraill o'r panel yn gallu eu cael.

Adolygiad

Fe ddylai adolygiad o'r panel dinasyddion ddigwydd ar ôl 12 mis, neu'n gynharach.

Fe ddylai edrych ar nodau'r panel a sut mae'r panel yn cael ei redeg a'i sefydlu.

Fe ddylai’r Cadeirydd wneud yr adolygiad. Fe ddylen nhw drosglwyddo unrhyw nodiadau neu newidiadau i aelodau eraill y panel.

Cyn adolygiad, y peth gorau ydy cynnal cyfarfod lle mae aelodau’r panel yn gallu dweud beth maen nhw’n feddwl.

Fe ddylai’r Cadeirydd gynnwys beth mae’r holl aelodau yn ei feddwl wrth wneud eu hadolygiad.

Geiriau Anodd

Addasiadau Rhesymol

Mae addasiadau rhesymol yn newidiadau y gall lleoedd a gwasanaethau eu gwneud i sicrhau bod pawb yn gallu eu defnyddio. Er enghraifft, gosod rampiau mewn adeiladau ar gyfer defnyddwyr cadeiriau olwyn. Neu roi gwybodaeth mewn hawdd ei ddeall.

Hygyrch

Mae hygyrch yn meddwl bod eich digwyddiad yn hawdd i'w ddarganfod ac yn ddiogel i bawb fynd yno, beth bynnag ydy eu hanghenion.

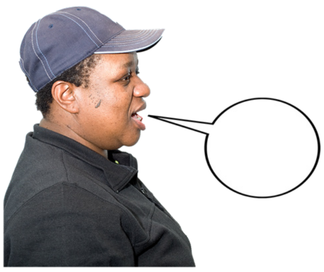
Atodiad 1:

5 peth sydd yn gallu eich helpu chi i fod yn ymgyrchydd da gan Joshua Reeves

Leonard Cheshire

Rydw i'n ymgyrchydd hawliau anabledd ac rydw i'n gweithio i Leonard Cheshire.

1. Siaradwch am eich profiadau eich hun



Fe fydd hyn yn gwneud beth rydych chi'n ei ddweud yn fwy real, ac fe fydd pobl yn ei gofio'n fwy.

Mae'n gallu gwneud i bobl stopio a meddwl am beth maen nhw'n feddwl am anabledd.

2. Gwybod nad ydy profiadau'r un fath i bawb

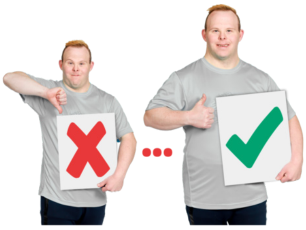
Mae gan bawb gryfderau a galluoedd gwahanol.

Os ydych chi'n gweithio gydag eraill, fe fydd hi'n fwy hawdd i'ch ymgyrch lwyddo.

3. Gwnewch yn siŵr eich bod yn gweithio gyda'ch gilydd

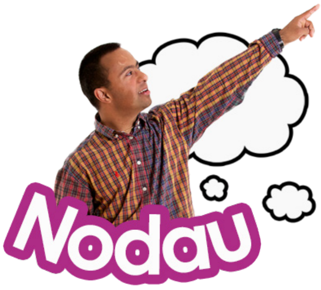
Mae gweithio gydag eraill yn eich cymuned leol yn bwysig. Rydych chi'n gallu rhannu pethau a gwneud yn siŵr nad ydych chi yn ailadrodd yr un gwaith.

Mae gweithio gydag eraill yn gallu helpu eich ymgyrch i dyfu'n fwy.



Efallai y bydd gan wasanaethau cymunedol eraill fwy o wybodaeth neu brofiad a'i gwneud yn ymgyrch well.

4. Byddwch yn agored i newid i gyrraedd eich nod

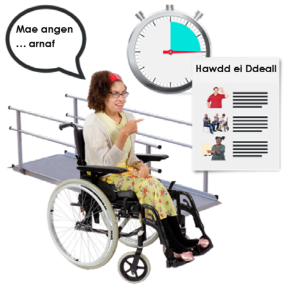


Efallai y byddwch chi'n gweithio gyda llawer o sefydliadau i bobl anabl yn y pen draw. Fe fyddan nhw yn ceisio cefnogi ymgyrchoedd sy'n cyd-fynd â'u cynlluniau a'u nodau.

Os ydych chi eisiau gweithio gyda nhw, efallai y bydd angen i chi newid rhannau o'ch ymgyrch.

Mae gwneud newidiadau yn gallu eich helpu chi i gyrraedd mwy o bobl a chynyddu'r gefnogaeth i'ch ymgyrch.

5. Gofynnwch am yr help a'r arian rydych chi ei angen



Efallai y byddwch chi angen **addasiadau rhesymol** i ymgyrchu. Yng Nghymru, mae'r gyfraith yn dweud bod rhaid i chi wneud **addasiadau rhesymol**.

Mae **addasiadau rhesymol** yn newidiadau mae lleoedd a gwasanaethau yn gallu eu gwneud i wneud yn siŵr bod pawb yn gallu eu defnyddio. Er enghraifft rhoi rampiau mewn adeiladau ar gyfer defnyddwyr cadair olwyn. Neu roi gwybodaeth mewn hawdd ei ddeall.

Efallai y bydd eich ymgyrch angen arian ar gyfer pethau fel taflenni, hysbysebu, a theithio.

Efallai y bydd yn rhaid i chi wneud cais am arian. Mae yna arian ar draws Cymru i brosiectau i helpu'r gymuned.

Many Fe fydd llawer o sefydliadau ar gyfer pobl anabl a rhaglenni cymunedol yn chwilio am brosiectau i'w cefnogi.

Atodiad 2:

Enghreifftiau o gyfathrebu allanol

Eithinog Kitchen

Plans for a new kitchen in our Eithinog care home were drawn up in November 2019. The kitchen was donated by Howdens, who were keen to grow their understanding of accessibility for wheelchair users around their products. The building work and decoration for the kitchen was paid for via legacy funding.

Our residents were involved in all aspects of planning the kitchen, using a theme board for kitchen style, appliances, decoration, blinds. For a brief period, the whole activities room had to be closed, in order to create a brand new, much bigger room, with easier access for both residents and their support workers.

Whereas the previous kitchen had been impractical, including worktops which were too high, feedback on the new kitchen has been excellent from residents and their families. Everyone gets involved, cooking meals, cakes, breads, and international cuisines with our resident overseas volunteers.

One resident said it has changed his life for the better and that he looks forward to getting up in the morning and thinking of new meals to prepare. He said that even those residents who are not able to do as much in the kitchen still derive enjoyment from watching others putting the new kitchen area to the test.

Ty Cwm's Sensory Garden

A sensory garden is a place which creates all-sensory experiences, focusing on Touch, Taste, Smell, Sight and Sound. At Ty Cwm residential care service, we wanted to create a sensory experience for all residents to enjoy throughout the four seasons. Sensory gardens are primarily designed to connect people closely with nature, encouraging birds, bees and other wildlife into the garden for residents to enjoy.

The sensory garden had previously had a number of changes, including: a new summer house, new planters, a pergola, and concrete-work in preparation for a greenhouse. Residents got involved with designing the sensory garden, picking out the plants, and taking progress photos. Julius is a very keen gardener, and enjoyed being out in the garden mapping out what to include in the new planters to engage the five senses. He has also taken trips to the local garden centre to plan the foliage that will be included.

The garden is still a work in progress, but our residents have thoroughly enjoyed getting involved and designing the garden from scratch.

We are very grateful to our funders, Comic Relief, ICF Connecting People, and our corporate

Cylchlythyr:

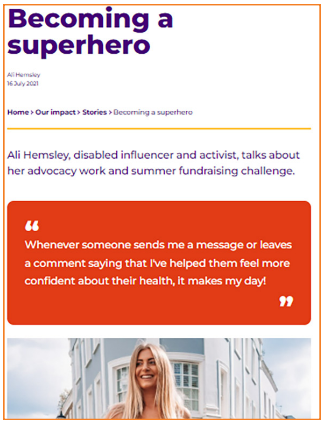
Mae cylchlythyr yn adroddiad am beth rydych chi wedi bod yn ei wneud. Mae'n gallu cael ei argraffu neu ei rannu ar-lein. Fe fyddech chi yn anfon cylchlythyr at aelodau, rhanddeiliaid a phobl eraill sydd wedi cytuno i'w dderbyn.

Y Wasg:

Mae datganiad i'r wasg yn ddatganiad ysgrifenedig swyddogol i'r cyfryngau i rannu gwybodaeth neu ddweud rhywbeth pwysig wrth bobl.

Dyma enghraifft o ddatganiad i'r wasg:
https://www.leonardcheshire.org/about-us/our-news/press-releases/olivia-breen-challenges-you-showmeyoucan

Blog:



Becoming a superhero

Ali Hemsley
16 July 2021

Home > Our impact > Stories > Becoming a superhero

Ali Hemsley, disabled influencer and activist, talks about her advocacy work and summer fundraising challenge.

"Whenever someone sends me a message or leaves a comment saying that I've helped them feel more confident about their health, it makes my day!"

Tudalen we sy'n cael ei diweddaru yn aml ydy blog. Maen nhw wedi'u hysgrifennu mewn ffordd gyfeillgar. Prif nod blog ydy dweud wrth ddarllenwyr am unrhyw ddiweddariadau neu newyddion pwysig.

Dyma enghraifft o flog:
https://www.leonardcheshire.org/our-impact/stories/becoming-superhero

Podlediad:

Ffeil sain rydych chi'n gallu gwrando arno ar-lein ydy podlediad. Fel arfer fe fydd mwy nag 1 bennod o bodlediad.

Dyma enghraifft o bodlediad:
https://www.leonardcheshire.org/our-impact/stories/podcast-fashion-and-being-change-you-want-see

Atodiad 3:

Templed asesiad risg a themple diogelwch digwyddiadau

Templed asesiad risg:

Gwybodaeth sydd ei hangen	Llenwch y blychau hyn
Eich enw	
Dyddiad	
Enw digwyddiad	
Dyddiad y digwyddiad	
Lle mae'r digwyddiad?	
Faint o bobl fydd yn dod?	
Pa fath o ddigwyddiad ydy e?	
Faint o staff fydd yno?	
Enw'r adolygydd	
Dyddiad yr adolygiad	

Risg	Ymateb	Sgôr risg
Oes yna unrhyw beryglon? Pwy sydd yn gallu cael eu niweidio? Oes unrhyw ddamweiniau yn gallu digwydd?	Sut fyddwch chi'n dileu neu'n lleihau unrhyw risgiau? Pwy fydd yn gyfrifol am wneud hyn?	Pa mor fawr ydy'r risg neu pa mor debygol ydy hi i rywbeth ddigwydd? (1 = ddim yn debygol iawn, 10 = tebygol iawn)

Templed diogelwch digwyddiadau:

Gwybodaeth sydd ei hangen	Llenwch y blychau hyn
Trefnu	
Enw'r digwyddiad	
Dyddiad y digwyddiad	
Amser y digwyddiad	
Lle mae'r digwyddiad?	

Adran 1 - Gwybodaeth allweddol am y digwyddiad

Gwybodaeth sydd ei hangen	Llenwch y blychau hyn
Ydy'r safle'n addas?	
Ydy'r safle yn hygyrch i bawb sy'n cymryd rhan?	
Ydy'r safle ar gael i bobl sy'n defnyddio cadair olwyn?	
Oes gennych chi'r caniatâd rydych chi ei angen i gan y perchennog?	
Person sydd angen ffonio'r gwasanaethau brys	
Y nifer fwyaf o bobl sydd yn gallu bod yn y digwyddiad	
Nifer y bobl mae disgwyl iddyn nhw ddod i'r digwyddiad	
Nifer y bobl mae disgwyl iddyn nhw fod yn gweithio neu'n gwirfoddoli	
Nifer o allanfeydd brys	
Nifer y toiledau	
Lle mae pwynt ymgynnull tân?	
Lle mae'r offer cymorth cyntaf?	
Ble mae'r diffoddwyr tân?	

Adran 2 - Cynllun Brys

Problem	Camau wedi'u cynllunio	Pwy fydd yn gwneud hyn?
Tywydd garw		
Lleoliad ddim ar gael		
Offer yn methu		
Staff ddim yn cyrraedd		
Angen cael pobl allan o'r lleoliad neu'r ardal		
Angen cysylltu â'r gwasanaethau brys		
Angen cael help meddygol		
Angen atal digwyddiad		

Adran 3 - Manylion cyswllt brys

Enw	Rôl digwyddiad	Rhif ffôn

Anecs 1:

Sut fydd Leonard Cheshire yn eich cefnogi chi rhan 1

Fe fyddwn ni yn cefnogi eich panel dinasyddion am tua 9 i 12 mis.

Yn ystod y cyfnod yma fe fydd rhywun o’n elusen yn ymuno â chyfarfod y panel bob 6 wythnos.

Fe fyddwn ni yn darparu ffordd i chi gynnal y cyfarfodydd panel. Zoom neu Teams fydd hwn.

Ar ôl 12 mis, fe ddylai’r panel allu talu am Zoom neu Teams eu hunain.

Fe fyddwn ni yn cytuno pan fyddwn ni yn stopio talu am Zoom neu Teams.

Fe fyddwn ni yn rhedeg yr hyfforddiant panel tra nad oes gan y panel Gadeirydd.

Ar ôl yr hyfforddiant, mae’r panel yn gallu dewis rhywun i fod yn Gadeirydd yn dilyn y camau yn y pecyn cymorth.

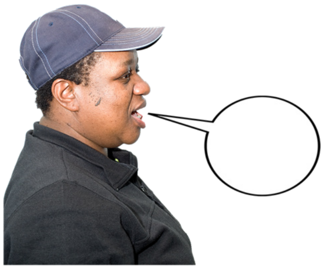
I gael aelodau’r panel, fe fyddwn ni yn eich helpu i gael digwyddiad gwybodaeth.

Os ydy’r panel eisiau cael aelodau newydd o fewn y 9 i 12 mis, rydyn ni’n gallu helpu’r panel i hysbysebu.

Anecs 2:

Sut fydd Leonard Cheshire yn eich cefnogi chi rhan 2

Fe fyddwn ni yn cefnogi'r panel am 9 i 12 mis.



Yn ystod ein cefnogaeth, mae'n bwysig bod y panel yn ein diweddaru ni.

Rydyn ni'n gallu helpu i ddatrys problemau neu helpu gyda chynllunio os bydd y panel yn gofyn i ni wneud hynny.

Os ydy'r Cadeirydd eisiau gadael yn y 9 i 12 mis o'n cefnogaeth, fe ddylen nhw ddweud hynny mewn ysgrifen wrthyn ni.

Rydyn ni'n gallu helpu'r panel i ddewis y Cadeirydd nesaf a dweud wrthyn nhw sut i redeg eu hymgyrch nes bod ganddyn nhw Cadeirydd newydd.

Fe fyddwn ni yn gwneud adolygiad o'r panel dinasyddion ar ôl y 9 i 12 mis. Mae hyn yn gallu digwydd yn gynharach os bydd y panel yn gofyn amdano.