



# Bwletin Medrwn Môn

Rhifyn 6  
Ionawr  
2024

## Gwobrau Trafnidiaeth Cymunedol

Mae trafniadaeth gymunedol yn fwy na dim ond symud pobl o bwynt A i bwynt B. Mae'n ymwneud â meithrin ymdeimlad o berthyn a grymuso unigolion i gael mynediad at ofal iechyd a chyfleoedd cymdeithasol.

Yn ystod noson wobrwyo Cludiant Cymunedol yn yr NEC Birmingham dydd Iau 23 Tachwedd 2023, dadorchuddiwyd yr enillwyr o naw categori. Gwesteigr y noson oedd Andrea Byrne, un o wynebau ITV News.

**Llongyfarchiadau enfawr** i yrrwr Car Linc Medrwn Môn, Barrie Hodgson, a enillodd y wobwr cyflawniad oes yng Ngwobrau CTA yn Birmingham!!

Mae Barrie wedi bod yn gonglfaen i Car Linc Môn ers dau ddegawd, yn neilltuo oriau di-ri ac yn teithio miloedd o filltiroedd fel gyrrwr gwirfoddol ymroddedig.

Mewn eiliad deimladwy, gwnaeth ei ferch ymddangosiad annisgwyl i gyflwyno ei wobwr iddo. Erbyn diwedd ei araith dderbyn, nid oedd un llygad sych i'w weld

Gwobr Cyflawniad Oes/Cydnabyddiaeth arbennig— ar gyfer unigolyn sydd wedi ymroi i'r sector trafniadaeth gymunedol ac sydd wedi cael effaith enfawr arno.



@medrwnmon



@medrwnmon

Ffôn: 01248 724944

Gwefan: [www.medrwnmon.org](http://www.medrwnmon.org)

Ebost: [post@medrwnmon.org](mailto:post@medrwnmon.org)



# Llwyddiant Gydol Oes - Llongyfarchiadau Barrie!

Enwebwyd Barrie gan Medrwn Môn ar gyfer Gwobr Llwyddiant Oes CTA/Cydnabyddiaeth Arbennig, mae Barrie wedi bod yn gwirfoddoli fel gyrrwr Car Linc ers dros 20 mlynedd, ac roeddem ni yma ym Medrwn Môn yn teimlo ei fod yn dderbynydd gwerth chweil.

Derbyniodd Medrwn Môn alwad gan CTA yn dweud wrthym fod Barrie wedi ennill. Roedd angen i Medrwn Môn ei gael i Birmingham i dderbyn ei wobwr ond hefyd ei gadw'n gyfrinach, doedd hon ddim yn dasg hawdd!

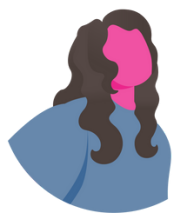
Fe ddywedon ni wrth Barrie fod Medrwn Môn wedi cael ei enwebu am wobwr ac roedden ni eisiau rhai gwirfoddolwyr i fynychu'r wobwr gyda'r staff, aethon ni ar y trê'n i Birmingham i dderbyn y wobwr, ac yn amlwg roedd Barrie eisiau gyrru.

Roedd hi'n noson ardderchog a chafodd Barrie sioc ei fod wedi ennill. Roedd araith dderbyn Barrie yn ddiwedd hyfryd i Seremoni Wobrwyo wych.

**“Byddwn yn argymell gwirfoddoli i unrhyw un a phawb”**

Cymerwch gip ar enillwyr y gwobrau ac araith derbyniad llawn Barrie ar wefan CTAs

- <https://cta.uk.org/community-transport-2023-award-winners/>



**cta**  
community transport  
association

# Hwyl y Nadolig!

Balchder cymunedol....mae bob amser yn bleser clywed gan bobl sydd wedi rhoi eu hamser i helpu eraill.

Y Nadolig hwn, bu Ynys Môn yn ffodus i gael gwirfoddolwyr oedd yn cynnig cinio Nadolig i bobl sydd wedi mynd yn unig ac yn ynysig, i'r rhai nad oedd yn gallu gadael eu cartrefi, ac i'r rhai hynny – heb ewyllys da gwirfoddolwyr – a fyddai'n mynd drwy gydol cyfnod y Nadolig heb weld unrhyw un o gwbl.

## Cinio Nadolig Cymunedol Amlwch

Cynigiodd Grŵp Digwyddiadau Cymunedol Amlwch ginio Nadolig am y 7fed mlynedd yn olynol, i unrhyw un a oedd ar ei ben ei hun adeg y Nadolig, danfonodd y gwirfoddolwyr yn uniongyrchol i gartrefi pobl ar ddydd Sul 24 Rhagfyr, Noswyl Nadolig, yn barod ar gyfer dydd Nadolig.

Eu gweledigaeth oedd darparu pryd Nadolig i bawb, o bob cefndir sydd wir angen ychydig o gefnogaeth.

**“Mae cymryd amser i wirfoddoli y Nadolig hwn yn gyfle i gael effaith gadarnhaol, wrth ddod o hyd i ymdeimlad o gysylltiad â phobl leol”**

**“Diolch i bob un ohonoch am roi eich amser i ddarparu prydau hyfryd unwaith eto”**



## Prydau Cymunedol Catch 22

Paratôdd staff Catch 22 ginio 3 chwrs ar thema'r wyl ar gyfer 70 o oedolion bregus yn yr ardaloedd lleol, a phrydau i'r staff a oedd yn gweithio yn Penrhos Stanley a Uned Dewi Sant ar ddydd Nadolig.

Diolch i'r staff a phawb sydd wedi helpu i sicrhau bod yr holl brydau bwyd yn cyrraedd y bobl iawn, ac i'r holl yrwyr dosbarthu a gludodd y bwyd

**“Diolch yn fawr iawn. Mae'n cael ei werthfawrogi gymaint”**

**“Da iawn pawb yn Catch 22, rwy'n siŵr y bydd y rhai sy'n derbyn yn ddiolchgar iawn”**



## Canolfan Gymunedol Hen Ysgol Bodorgan

Bu gwirfoddolwyr Malltraeth Ymlaen yn paratoi pryd Nadolig am ddim ar ddiwrnod Nadolig i bobl unig yn ardal Aberffraw. Roedd cludiant hefyd ar gael i bobl sydd heb fodd i ddod i Ganolfan Gymunedol Bodorgan, fe wnaeth y gwirfoddolwyr eu codi a mynd â nhw adref ar ôl pryd Nadolig cartref blasus a rhai gemau Nadolig.

**“Mae dod â llawenydd a chwmniâeth i bobl a fyddai fel arall ar eu pen eu hunain ar Ddydd Nadolig yn bwysig”**



# Ydych chi wedi newid i ap newydd GIG Cymru?

Ym mis Hydref 2023 lansiwyd App newydd GIG Cymru ar Ynys Môn. Bydd yr ap hwn yn disodli'r gwasanaeth 'Fy Iechyd Ar-lein' a ddefnyddir gan lawer i archebu eu presgripsiwn eildro. Ni fydd y gwasanaeth 'Fy Iechyd Ar-lein' bellach yn cael ei ddefnyddio ar ôl 31 Mawrth 2024.

Cefnogodd Ceri Seeley (ein Swyddog Technoleg Mewn Gofal) Ganolfan Feddygol Amlwch sef y feddygfa gyntaf i lansio'r ap newydd GIG Cymru ar draws yr ynys.

Yn ystod mis Rhagfyr lansiodd yr ap ym mhob meddygfa ar draws yr ynys ac mae Ceri wedi cynnal sesiynau ar draws Ynys Môn i gefnogi'r rhai a allai ddod ar draws anawsterau neu sydd angen rhywfaint o gymorth technegol gyda chofrestru ar yr ap.

Mae hyn wedi caniatáu i gleifion ofyn am eu presgripsiwn ar-lein yn ogystal ag ennill sgiliau gyda defnyddio technoleg - rhai am y tro cyntaf erioed! Mae'r broses gofrestru yn hir a hefyd yn gofyn am dynnu llun o ID yn ogystal â chreu fideo byr at ddibenion adnabod. I'r rhai oedd angen y gefnogaeth roedd Ceri wrth law i helpu!

Wrth gwrdd â chleifion ar draws yr ynys rhoddodd gyfle i Ceri gael sgwrs gyda llawer am ein prosiectau Linc & LAC, gan gyfeirio cleifion at wasanaethau eraill y gallwn eu cynnig a hefyd eu cyfeirio at sefydliadau eraill a allai gefnogi eu hanghenion. Yn ogystal â nodi eu hanghenion gartref trwy drafod sut y gellir defnyddio technoleg ac apiau i'w cefnogi i reoli eu hunanofal, gan gynnwys dyfeisiau Fitbit (i fesur lefelau gweithgarwch corfforol), dyfeisiau cartrefi SMART (bylbiau SMART, offer rheoli thermostat) a'r rhai sy'n darparu gwybodaeth rithwir (dyfeisiau Amazon Alexa ac echo).

Dywedodd Thomas Withey, Rheolwr Cymorth Cynnyrch Iechyd a Gofal Digidol Cymru 'Mae cefnogaeth Ceri wrth godi'r proffil a chefnogi trigolion Ynys Môn gyda lansiad Ap newydd GIG Cymru wedi bod yn hanfodol. Mae hyn yn cael ei arddangos yn y ffigurau a welir isod gyda HWB Iechyd Cybi yn y 3ydd safle ledled Cymru ar gyfer nifer y cofrestrwyr. Mae gwaith Ceri wedi bod yn arbennig o ddefnyddiol wrth roi sicrwydd i'r cleifion hynny nad ydynt o bosibl mor hyderus yn ddigidol ag eraill'.

- **HWB Iechyd Cybi:** 1840 o gofrestryddion (3ydd yn gyffredinol ar draws yr holl Feddygfeydd yng Nghymru)
- **Canolfan Feddygol Amlwch:** 1600 o gofrestryddion (5ed yn gyffredinol ar draws yr holl Feddygfeydd yng Nghymru)
- **Canolfan Feddygol Biwmares:** 682 o gofrestryddion
- **Meddygfa Llanfair PG :** 1356 o gofrestryddion (9fed yn gyffredinol ar draws yr holl Feddygfeydd yng Nghymru)

Os oes angen cymorth arnoch i gofrestru ar gyfer Ap newydd GIG Cymru neu os hoffech gael rhagor o fanylion am ein prosiect Technoleg mewn Gofal cysylltwch â ni ar:

**01248 724944 / [ceri@medrwnmon.org](mailto:ceri@medrwnmon.org)**

Dilynwch y 5 cam rhwydd yma i lawr lwytho Ap GIG Cymru.

- 1 Agorwch eich dyfais.
- 2 Ewch i Google Play neu'r Apple App Store.
- 3 Chwiliwch 'Ap GIG Cymru'.
- 4 Gwasgwch y botwm lawr lwytho.
- 5 Gwnewch yn siŵr bod cyfrif GIG gyda chi er mwyn mewngofnodi.



**Pum ffordd at les  
Five ways to wellbeing**

# Ffair Ariannu – Cwrdd â'r cyllidwyr



**Cyfarfu grwpiau gwirfoddol Ynys Môn â rhai o'r prif gyllidwyr ar Ynys Môn**

Roedd ffocws Rhwydwaith Trydydd Sector y chwarter diwethaf ar gyllid cynaliadwy ar gyfer mudiadau gwirfoddol. Nid yn unig y mae costau byw wedi effeithio ar unigolion a theuluoedd gartref, mae hybiau cymunedol a grwpiau hefyd yn teimlo effeithiau codi costau, ac yn chwilio am ffyrdd newydd o gadw'r hybiau ar agor a'r grwpiau i redeg.

Mae cael hybiau a grwpiau o'r fath ar agor i unigolion yn y gymuned yn hanfodol i gymaint o bobl, na fyddai ganddynt unrhyw le i gymdeithasu heb yr hybiau/ grwpiau yn cael unrhyw le i fynd i gymdeithasu ac fel y nodwyd gan un aelod o'r gymuned: "Fyddwn i ddim yn gweld neb o wythnos i wythnos pe na bawn i'n mynd i grŵp".



Cafwyd cyflwyniadau addysgiadol gan Eban Geal o Adran Hamdden y Cyngor; Mathew Dawe a Joan Turner o Gyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru (WCVA); Celyn Menai o Gymdeithas Elusennol Ynys Môn; Hywel Lovgreen o Gronfa Gymunedol y Loteri Genedlaethol a Becky Coleman o Easy Fundraising; a oedd hefyd ar gael ar gyfer trafodaethau un i un gydag unigolion a grwpiau cymunedol yn y prynhawn.

Yn ystod trafodaethau ar y diwrnod a'r adborth a gafwyd, amlygodd yr angen am fwy o gefnogaeth i grwpiau cymunedol gyda ffynonellau codi arian, ysgrifennu cynigion a monitro ac adrodd. Gan weithio gyda Chyllidwyr, bydd Medrwn Môn yn cynnal sesiynau hyfforddi am ddim yn y dyfodol agos i uwchsgilio grwpiau wrth ymgeisio am grantiau ar gyfer prosiectau a sut y disgwylir iddynt fonitro ac adrodd yn ôl i'r cyllidwyr.

**Os oes gennych chi neu'ch cymuned ddiddordeb mewn cymryd rhan yn unrhyw un o'r sesiynau gwybodaeth neu hyfforddiant, cysylltwch â: [Sheree@medrwnmon.org](mailto:Sheree@medrwnmon.org) neu ffoniwch 01248724944**

“**Mae clywed am geisiadau llwyddiannus eraill gan grwpiau eraill yn ysbrydoli ein syniadau ein hunain**”



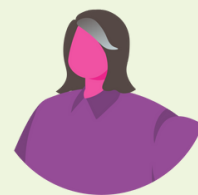
# Trosolwg DBS – Gwneud Recriwtio yn Fwy Diogel



Mynychodd Linda a Bethan o Medrwn Môn sesiwn gan y Gwasanaeth Datgelu a Gwahardd ar 'wneud recriwtio'n fwy diogel'. Roedd y sesiwn ym Medi 2023 yn Neuadd y Dref, Llangefni, darparwyd gan Carol Eland, Swyddog Allgymorth Rhanbarthol Cymru a chafwyd presenoldeb da. Roedd llawer o fudiadau a grwpiau gwirfoddol wedi elwa o'r wybodaeth a'r cyngor a ddarparwyd ar y diwrnod.

**“Sesiwn llawn gwybodaeth, rydw i nawr yn teimlo'n fwy hyderus wrth ddefnyddio'r gwasanaeth mewn modd priodol”**

Pwrpas y Gwasanaeth Datgelu a Gwahardd yw amddiffyn y cyhoedd drwy helpu cyflogwyr i wneud penderfyniadau recriwtio a chyflogaeth mwy diogel, a thrwy wahardd unigolion sy'n peri risg i bobl agored i niwed. Nododd y gweithdy bwysigrwydd cael y lefel gywir o wiriadau ar yr amser cywir, gweithredu'n gyflym ar wybodaeth y dystysgrif, adnabod mathau o ymddygiad ac ymddygiad niweidiol, hysbysu'r DBS a dileu'r niwed.

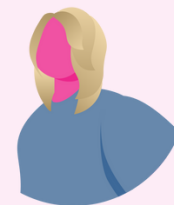


**Os byddech yn elwa o'r math hwn o sesiwn wybodaeth, cysylltwch â Linda ar 01248 724944.**

## Lansiwyd y Fframwaith Cenedlaethol newydd ar gyfer presgripsiynu cymdeithasol Rhagfyr 7fed 2023.

Cyflwynwyd y Fframwaith Cenedlaethol newydd ar gyfer Presgreibio Cymdeithasol gan Lynne Neagle MS, y Dirprwy Weinidog dros Iechyd Meddwl a Lles, mewn digwyddiad ar-lein a fynychwyd gan dros 350 o randdeiliaid.

Mae Presgreibio Cymdeithasol wedi bod yn rhan o dirwedd iechyd a gofal cymdeithasol yng Nghymru ers peth amser bellach. Fe'i diffinnir yn y Fframwaith fel 'dull sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn o gysylltu pobl ag asedau cymunedol lleol', megis grwpiau a gwasanaethau'r sector gwirfoddol.



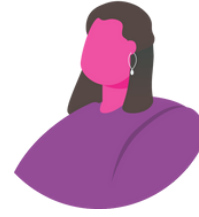
Nod y Fframwaith yw:

- Datblygu dealltwriaeth gyffredin o'r materion sy'n arwain pobl i geisio cymorth
- Cefnogi gweithluoedd lleol i chwarae eu rhan yn llawn mewn Presgreibio Cymdeithasol a gwella sgiliau, gwella ansawdd y ddarpariaeth bresennol, a monitro a gwerthuso atgyfeiriadau a'u canlyniadau.
- Mynd i'r afael ag unrhyw anghydraddoldeb ac annhegwch a all fodoli ar hyn o bryd o fewn rhagnodi cymdeithasol
- Sicrhau bod yr holl berthnasoedd sydd wrth wraidd y ddarpariaeth yn ddiogel

**Oeddech chi'n gwybod?** Gall pobl atgyfeirio eu hunain at brosiect Presgreibio Cymdeithasol Ynys Môn sef Linc Cymunedol Môn - Medrwn Môn neu gael eu hatgyfeirio neu eu cyfeirio gan feddygon teulu, gwasanaethau statudol, neu'r sector gwirfoddol.

**Cysylltwch â Linc Cymunedol 01248 725745 / [linc@medrwnmon.org](mailto:linc@medrwnmon.org)**

# Mannau Cynnes - dal i fynd yn gryf



Mae 21 o grwpiau wedi cael cyllid gan y Grant Mannau Cynnes 2023-24. Isod mae trosolwg o rai o'r prosiectau llwyddiannus.



**Neuadd Bentref Llangaffo;** Sefydlwyd y Mannau Cynnes ar gyfer coffi a sgwrs gyda jig-sos, gemau bwrdd a grwpiau crefftau dros gyfnod o 12 sesiwn. Darparwyd cawl a rholiau mewn man cynnes diogel a rhoddodd gyfle i bobl yn y gymuned ddod at ei gilydd, gan weithio gyda chlwb y rhai dros 50 oed ac adeiladu ar hyn ar gyfer ein prosiectau yn y dyfodol.

Rhoddwyd £6,000 i **Ganolfan Cymuned Brynsiencyn** i greu Hyb Cymunedol Cynnes a Diogel. Sefydlwyd sesiynau bingo cymunedol a darparwyd lluniaeth ysgafn, gan roi cyfle i bobl ifanc a hŷn ddod at ei gilydd. Darparwyd dosbarthiadau coginio i addysgu ac annog bwyta'n iach. Dosbarthiadau TG gyda thabledi yn cael eu darparu ar gyfer hyd y cwrs "Prosiect Dal ati i Ddysgu" trwy Age Cymru. Roedd y dosbarthiadau crosio a'r gweu yn llwyddiannus iawn.



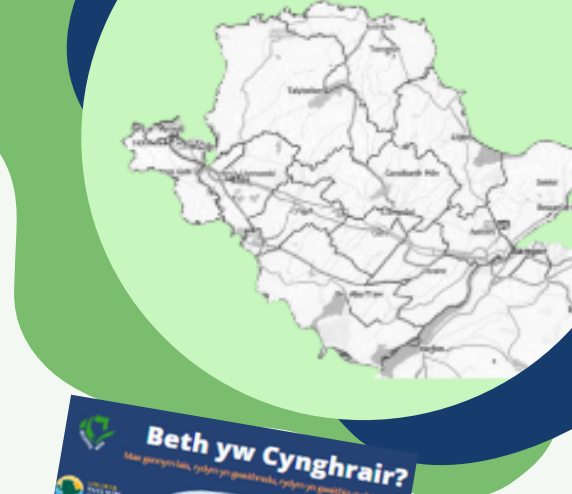
Mae **Banc Bwyd Amlwch** wedi sicrhau cyllid o £5,000 i ddarparu parseli bwyd brys yn Ward Twr Celyn, Amlwch, Moelfre ac Ardal Llannerch-y-medd. Bydd hyn yn helpu i liniaru tlodi bwyd yn y maes hwn. Bydd y parseli argyfwng yn cael eu darparu am gyfnod o 10 - 12 wythnos

Roedd cefnogaeth dda i **Neuadd Bentref Llanddona** ar gyfer eu sesiwn Nadolig gwneud torch, gyda 29 o bobl yn bresennol. Darparwyd te prynhawn Nadolig, y cyfan yn gynnyrch cartref o Caffi Ni. Sesiwn arall a gafodd gefnogaeth dda oedd yr addurniadau Nadolig pen bwrdd - oll wedi eu gweini gyda gwin cynnes a mins peis wrth gwrs!



Trefnodd **Canolfan Gymunedol Morlo - Canolfan Gymunedol Gwelfor** ddiwrnod hwyl Calan Gaeaf i'r teulu mewn partneriaeth â'r fenter gofod cynnes a Heddlu Gogledd Cymru. Roedd y diwrnod yn llawn sesiynau dawnys plant, celf a chrefft, ymwybyddiaeth tân gwyllt / coelcerth. Roedd y plant wedi mwynhau eu hunain ac yn edrych yn arswydus iawn yn eu gwisg ffansi ac roedd y lluniaeth am ddim, y byrgys a'r selsig wedi mynd i lawr yn dda,

# Arddangosfa Cynghrair Cymunedol



Cynhaliodd Medrwn Môn ddigwyddiad arddangos i'r Cynghreiriau ar draws yr Ynys yng Nghanolfan Busnes Llangefni, daeth y grwpiau ynghyd i rannu'r gwaith y maent yn ei wneud yn eu cymunedau.

Roedd cynrychiolwyr o bob Cynghrair yn bresennol i arddangos eu gwaith a deall gwaith meysydd eraill, buont yn rhannu enghreifftiau o arfer da ac yn trafod unrhyw rwystrau y maent wedi'u hwynebu.

Roedd hwn hefyd yn gyfle i'r rhai sy'n byw ac yn gweithio mewn ardaloedd lle nad oes Cynghrair wedi'i sefydlu eto i ddarganfod sut mae'r broses yn gweithio.

Diolch i bawb a fynychodd ac a gyfrannodd at y digwyddiad llwyddiannus.



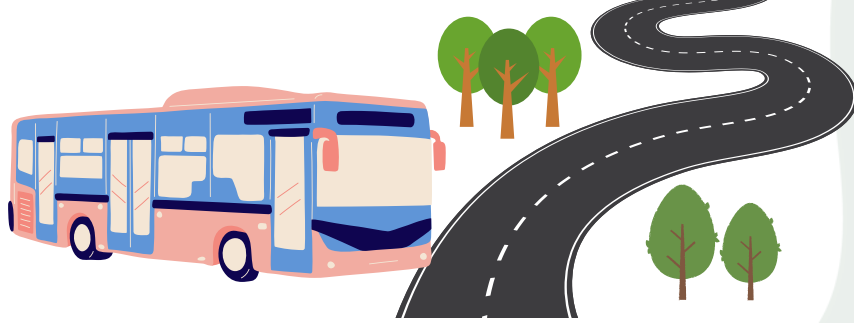
Cyflwynodd a chroesawodd Llinos Medi (Arweinydd y Cyngor) bawb i'r digwyddiad



I gael rhagor o wybodaeth ar sut i gymrud rhan yng ngwaith eich Cynghreiriau lleol, cysylltwch â:  
01248 724944

[post@medrwnmon.org](mailto:post@medrwnmon.org)





# Bws Ymgysylltu Medrwn Môn

Mae gan Medrwn Môn fws ymgynghori ar gael i'w ddefnyddio gan grŵp/sefydliad cymunedol ar gyfer gwaith ymgynghori neu ddigwyddiadau. Gadewch i ni weld lle mae ein bws pinc Mônna wedi bod:

## Ymgynghoriad ar Drafnidiaeth

Bu Medrwn Môn a Chyngor Sir Ynys Môn yn gweithio mewn partneriaeth i ymgynghori ar drafnidiaeth gymunedol. Yn dilyn cadarnhad bod toriadau'n cael eu gwneud i sawl llwybr bws ar draws Ynys Môn, penderfynwyd ymgysylltu â'r cymunedau yr effeithiwyd arnynt ac i ddarganfod pa effaith gafodd hyn arnynt. Daeth Medrwn Môn i'r cymunedau a chasglu barn a syniadau ar sut i symud ymlaen gyda darpariaeth cludiant cymunedol ar yr ynys. Bydd Medrwn Môn yn parhau i rannu diweddariadau perthnasol gyda'r cymunedau.

**Oeddech chi'n gwybod bod y gwasanaeth bws wedi cael ei leihau ar Ynys Môn?**

**Ydy'r toriadau yn y gwasanaeth bws wedi effeithio ar eich pentref?**

**Y ffyrdd yr effeithir arnynt yn bennaf yw Caergeiliog, Bodedern, Trefor, Gwalchmai Uchaf, Llynfaes, Bodffordd a Llanddaniel.**

**Sut gallwn ni eich helpu chi?**

Deich i gael sgwrs gyda Medrwn Môn am sefydlu cynllun cludiant cymunedol i helpu'r bobl ffwyaf bregus yn eich cymuned.

**Pryd a lle?**

Ynys Môn	18:00 - 19:00	19:00 - 20:00	20:00 - 21:00
Dydd Llun (18:00 - 19:00)	18:00 - 19:00	19:00 - 20:00	20:00 - 21:00
Dydd Mawrth (18:00 - 19:00)	18:00 - 19:00	19:00 - 20:00	20:00 - 21:00
Dydd Iau (18:00 - 19:00)	18:00 - 19:00	19:00 - 20:00	20:00 - 21:00
Dydd Ffwrdd (18:00 - 19:00)	18:00 - 19:00	19:00 - 20:00	20:00 - 21:00
Dydd Gwener (18:00 - 19:00)	18:00 - 19:00	19:00 - 20:00	20:00 - 21:00



## Hwb Ieuentid Cybi

Mae Grŵp Hwb Ieuentid Cybi yn edrych i sefydlu Hwb Ieuentid i bobl ifanc Caergybi. Cefnogodd Medrwn Môn y grŵp i ymgynghori â phobl ifanc yn yr ardal a thrafod pa weithgareddau, sesiynau a gwasanaethau yr hoffent eu gweld yn yr Hwb Ieuentid. Cawsom ymateb gwych i'r prosiect a chael siarad â llawer o bobl ifanc Caergybi am eu syniadau a'u dyheadau ar gyfer yr Hwb Ieuentid. Diolch i bawb a gymerodd yr amser i ymuno â ni ar y bws a lleisio eu barn am y datblygiadau cyffrous hyn!





# GwirVol



Gwahoddwyd 10 o bobl ifanc sydd wedi cymryd rhan mewn sesiynau mapio ar gyfer Cynghrair Aethwy yn ddiweddar i eistedd ar y Panel Ieuentid i ddyrannu cyllid gan Grant GwirVol Medrwn Môn. Bydd y cyllid yn galluogi pobl ifanc i ddatblygu sgiliau a chael profiad mewn arweinyddiaeth ieuentid trwy arwain ar brosiectau gwirfoddoli lleol. Edrychwch ar ymgeiswyr llwyddiannus y flwyddyn hon.....

## Hwb Cymunedol Gwalchmai



.....Dyfarwyd £1,500 iddynt i gynnal sesiynau celf a chrefft y Nadolig yn neuadd y pentref lleol ar gyfer y trigolion lleol. Cynorthwyodd gwirfoddolwyr ifanc werthwr blodau lleol a helpu'r genhedlaeth hŷn i greu torchau Nadolig, darnau canol a chardiau Nadolig. Gwariwyd y grant ar ddeunyddiau, llogi'r neuadd a lluniaeth i bawb. Mae'r bobl ifanc yn angerddol am ddod â phobl at ei gilydd yn y gymuned ac maen nhw eisoes yn edrych ar drefnu mwy o sesiynau yn y dyfodol.



## Piws

.....Dyfarwyd £1,000 i gefnogi nifer o ddigwyddiadau anabledd ar draws clybiau ieuentid gweithredol presennol ac annog darparwyr y sector preifat i ddechrau eu clybiau anabledd eu hunain ar draws yr ynys. Sefydlwyd Piws yn wreiddiol i gefnogi teuluoedd ag anghenion arbennig ar Ynys Môn, gan ddarparu lle diogel i gwrdd a theimlo bod croeso iddynt. Bydd y cyllid yn cael ei wario ar adnoddau ac offer synhwyraidd i gefnogi'r sesiynau cynhwysol hyn.



## Grŵp Cymunedol #CaruAmlwch

..... Dyfarwyd £1,000 iddynt i weithio gyda grŵp o bobl ifanc sydd mewn perygl o gael eu gwahardd yn barhaol neu/sydd ag anghenion emosiynol ac ymddygiadol. Bydd y bobl ifanc yn cymryd perchnogaeth o'r darn o dir ar dir yr ysgol ac yn tyfu eu llysiau eu hunain. Bydd yr arian cychwynnol yn mynd tuag at yr offer i glirio'r darn tir, planciau sgaffald ar gyfer gwelyau a phridd wedi'u codi. Bydd bod yn yr awyr agored a chymryd sylw o'u hamgylchedd naturiol yn cynyddu iechyd a hapusrwydd y bobl ifanc.

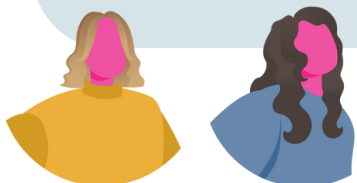


## Fforwm Ieuentid

.....Dyfarwyd £500 iddynt i sefydlu fforwm ieuentid newydd ar gyfer Ynys Môn gan roi llwyfan i bobl ifanc leisio eu barn ar yr hyn sy'n bwysig iddyn nhw a dylanwadu ar benderfyniadau o fewn gwasanaethau lleol. Bydd 2 gynrychiolydd o bob dalgylch ysgol uwchradd yn arwain ar yr agenda ac yn neilltuo eu hamser i wneud newidiadau cadarnhaol i'r gymuned ieuentid ehangach.

## Canolfan Gymunedol Llanfaes

..... Dyfarwyd £1,500 i gefnogi prosiect gardd synhwyraidd a adeiladwyd ym mharc y pentref lleol. Mae'r ardd synhwyraidd yn ddarn caedig a ddefnyddir gan y plant iau ac i'r rhai sydd ag anawsterau corfforol neu ddysgu. Hoffai grŵp o bobl ifanc lleol ddefnyddio'r grant i addurno'r amgylchoedd pren a helpu i blannu blodau a fydd yn ennyn synhwyrau pobl gan ei gwneud yn hafan ddiogel ac yn lle ymlaciol i bawb ei fwynhau.



WcVA  
CGGC



Ariennir gan  
Lywodraeth Cymru  
Funded by  
Welsh Government

# Grant Hydrefol

Yn ystod Hydref 2023, gweinyddodd Medrwn Môn a Chyngor Sir Ynys Môn y cyllid a oedd ar gael i gefnogi grwpiau cymunedol i ddarparu gweithgareddau a gyfrannodd at egwyddorion 5 Ffordd at Les a Heneiddio'n Dda yng Nghymru.

Roedd cyllid ar gael i grwpiau ddarparu gweithgareddau oedd yn:

- Archwilio ffyrdd o annog pobl i gymdeithasu;
- Defnyddio ffyrdd newydd a chreadigol i helpu pobl i gadw mewn cysylltiad (lleihau unigrwydd ac arwahanrwydd)
- Cefnogaeth gyda darpariaeth bwyd yn y gymuned fel rhan o effaith Costau Byw



Bwriad y grant oedd ariannu gweithgareddau a fydd yn helpu i wella mynediad at weithgareddau mewn cymunedau, hyrwyddo gweithgareddau ar draws cenedlaethau a gwella'r defnydd o fannau ac adeiladau cymunedol. Cawsom ymateb ardderchog gyda 19 o grwpiau'n derbyn cyllid rhwng £500 a £3000.



Un o'r prosiectau a elwodd o'r grant oedd Cyngor Tref Caergybi a gynhaliodd ddigwyddiad ysblennydd 'Noson o Oleuadau' yn eu parc lleol. Cafodd y parc ei oleuo'n hudol i ddathlu tymor yr ŵyl gyda channoedd o bobl yn bresennol ar y noson. Roedd cael Grŵp Awtistiaeth Ynys Môn yn agor y digwyddiad yn rhoi dechrau gwirioneddol gynhwysol a chroesawgar ac roedden nhw wrth eu boddau o glywed y bydd digwyddiad arall yn cael ei gynnal y Nadolig nesaf.



"Mae'r wên ar wynebau'r plant, y goleuadau pefriog a'r awyrgylch o lawenydd pur yn dyst i'r effaith a wnaethom." Nic Murphy, un o'r trefnwyr.

# Newyddion Trydydd Sector



## Digwyddiad Rhwydweithio Nadolig 3ydd Sector Gogledd Cymru



Ar Ddydd Mawrth 5ed Rhagfyr, aeth Sheree ein Swyddog Trydydd Sector a Lles Cymunedol i Ddigwyddiad Rhwydweithio Nadolig y 3ydd Sector yn neuadd Bentref Trefnant!

Roedd y digwyddiad yn gyfle rhwydweithio i ddatlu'r hyn y mae'r Hwyluswyr/Cydlynwyr Iechyd a Lles wedi'i gyflawni dros y flwyddyn 2023, gan rannu syniadau a'r hyn y mae'r rhwydwaith wedi'i gynllunio ar gyfer 2024.

Dywedodd Sheree “**gan fy mod yn newydd i'r swydd hon roedd yn ddigwyddiad llawn hwyl ac yn gyfle i ddod i adnabod yr hwyluswyr eraill a'r partneriaid rydym yn gweithio gyda nhw, roedd canu cân Nadolig yn fonws**”

Diolch i bawb a fynychodd, roedd yn ddiwrnod gwych o rwydweithio ac ymgysylltu â'n partneriaid trydydd sector ledled Gogledd Cymru.

Yn ystod y digwyddiad crëwyd calendr o ddigwyddiadau a drefnwyd yn 2004, cadwch olwg ar newyddion Medrwn Môn am fanylion.

### Dewch i gwrdd â Hwyluswyr/Cydlynwyr Iechyd a Lles Gogledd Cymru:

**Ynys Môn:** Medrwn Môn - Sheree Ellingworth

**Gwynedd:** Mantell Gwynedd – Sioned Roberts

**Sir Ddinbych:** Cyngor Gwasanaethau Gwirfoddol Sir Ddinbych - Sherralea Weedall

**Sir y Fflint:** Cyngor Gwirfoddol Lleol Sir y Fflint - Katherine Hussey

**Conwy:** Cefnogaeth Gymunedol a Gwirfoddol Conwy - Geraint Davies

**Wrecsam:** Cymdeithas Mudiadau Gwirfoddol Wrecsam - Justine Hurst



Hwyluswyr Iechyd Gogledd Cymru  
North Wales' Health Facilitators/  
Coordinators



# Tŵr Marcwis Môn yn ail agor!



Mae'r Ymddiriedolaeth yn gyffrous am groesawu'r cyhoedd yn ôl i'r safle yn y misoedd nesaf ac yn hyderus o'r hwb y bydd hyn yn dod â'r gymuned leol ac ymwelwyr i Ynys Môn unwaith eto.

Ar ôl cau yn 2014, mae Tŵr Marcwis Môn yn Llanfairpwllgwyngyll yn ailagor yn gynnar yn 2024, ar ôl ailddatblygu helaeth ar y safle, diolch i arian gan Gronfa Dreftadaeth y Loteri Genedlaethol.

Mae Ymddiriedolwyr Gwirfoddol o Ymddiriedolaeth Tŵr Ynys Môn (ACT) wedi bod yn gweithio'n ddiflino dros nifer o flynyddoedd i godi arian i adfer y golofn gyda'r nod o'i hailagor i'r cyhoedd a sefydliadau addysgol.

Mae bwthyn y cyn borthor hefyd wedi'i drawsnewid yn gaffi a chanolfan ymwelwyr wedi'i ddarlunio â hanes Marcwis 1af Ynys Môn a'r Tŵr.

Mae'r safle treftadaeth yn cynnwys Tŵr Môn a godwyd ym 1816 ac a gysegrwyd i Farcwis 1af Ynys Môn. Mae'r safle'n bwysig o safbwynt Hanesyddol a Daearyddol gan ei fod yn coffáu dewrder yr Marcwis yn Rhyfeloedd Napoleon, ac eto mae hefyd yn sefyll ar frigiad o graig 'blueschist' (a ddynodwyd yn Safle Daeargol o Ddiddordeb Gwyddonol Arbennig) ac wedi'i amgylchynu gan goetir.

Mae'r prosiect hefyd wedi cynnwys ailadeiladu'r 115 o risiau sy'n mynd â chi i ben y Tŵr lle cewch eich gwobrwyo â golygfeydd panoramig ar draws Ynys Môn a thros y Fenai yr holl ffordd i fynyddoedd Eryri. Mae'r safle cyfan wedi wedi'i ddatblygu er budd y cyhoedd, gan sicrhau'n arbennig y gall y rhai na allant esgyn grisiau'r Tŵr fwynhau taith gan ddefnyddio technoleg Realiti Rhithwir neu olygfeydd o'r gwe-gamera ar frig y Tŵr.



Mae'r Ymddiriedolaeth ar hyn o bryd yn chwilio am wirfoddolwyr i helpu gydag amrywiaeth o rolau felly os oes gennych ddiddordeb, cysylltwch â:

**[post@angleseycolumn.com](mailto:post@angleseycolumn.com)**

neu llenwch ein holiadur i gymryd rhan:

**<https://forms.office.com/e/Z18n6Uadxm>**



# Ymgyrch gwrando Dementia

Yn gweithio i fod yn  
**Dementia  
Gyfeillgar**

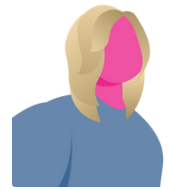


Working to become  
**Dementia  
Friendly**

Pwrpas yr ymgyrch wrando yw cael adborth gan pobl Ynys Môn am Dementia a'u cymuned. Ei ddiben yw cael pobl i siarad am Dementia, a chanfod yr hyn y mae pobl yn ei wybod a'r hyn nad ydynt yn ei wybod, nid oes rhaid i chi gael eich effeithio gan Dementia i gymryd rhan yn yr ymgynghoriad cyhoeddus hwn. Nid yw ar gyfer pobl sy'n byw gyda Dementia yn unig, ond mae'n ceisio dysgu'r hyn y mae cymunedau yn ei gyfanwydd yn ei wybod / ddim yn ei wybod.

Mae'r ymgysylltu hwn yn beilot sydd wedi'i drefnu'n Rhanbarthol, a gofynnir i bob un o'r chwe Awdurdod Lleol ar draws Gogledd Cymru gymryd rhan. Gosodwyd y cwestiynau gan Grŵp Gorchwyl a Gorffen dan arweiniad y tîm rhanbarthol. Bydd yr holl wybodaeth a ddarperir yn cael ei bwydo'n ôl i'r tîm rhanbarthol lle byddant yn coladu'r holl ymatebion ynghyd ac yn darparu hyn i bob Awdurdod Lleol. Bydd hyn wedyn yn arwain ar Strategaeth Dementia newydd ar gyfer Ynys Môn, yn creu Cynllun Gweithredu Dementia newydd ar gyfer Gogledd Cymru a hefyd yn cael ei ddarparu i Lywodraeth Cymru. Bydd Llywodraeth Cymru yn defnyddio hwn ar gyfer cymorth pellach ac yn defnyddio adnoddau.

Gan fod nifer y bobl sy'n byw gyda Dementia yn cynyddu, ac y bydd yn parhau i wneud hynny, dyna pam mae'n cael ei annog i bobl gymryd rhan, fel y gall yr Awdurdod Lleol wthio am fuddsoddiad pellach, a nodi'r meysydd allweddol i ddefnyddio'r cyllid/adnodd hwnnw.




## Ymgyrch Gwrando Dementia

Allwch chi helpu os gwelwch yn dda drwy rannu'r arolwg hwn gyda chydweithwyr, sefydliadau, teulu a ffrindiau sy'n byw yn Ynys Môn.


I gael rhagor o wybodaeth ac i gymryd rhan yn yr ymgynghoriad, cysylltwch â Eban Geal (Swyddog Dementia) [ebangeal@ynysmon.llyw.cymru](mailto:ebangeal@ynysmon.llyw.cymru) 01248 752957




**Pobl  
Ynys Môn**




Mae gwella gofal dementia yn fusnes i bawb.




Mae angen eich help er mwyn gwella gofal dementia yn lleol.



Mae'r Ymgyrch Gwrando yn rhan o wella gwaith gofal dementia.



Yr oill yr ydym yn ei ofyn yw i chi lenwi arolwg byr sy'n cynnwys 4 cwestiwn.



Bydd eich adborth yn helpu i lunio gofal dementia yn y dyfodol.



GIG  
CYMRU  
NHS  
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol  
Betsi Cadwaladr  
University Health Board



**Ydych chi'n teimlo'n unig, yn isel, neu dan straen gan bwysau bywyd?**

**Dewch i siarad â ni.**

**Byddwn yn gwranddo heb farnu ac yn eich helpu i gael mynediad at y gwasanaethau a'r cymorth sydd eu hangen arnoch.**

**Mae'n iawn peidio â bod yn iawn weithiau, felly os ydych chi'n cael trafferth am ba bynnag reswm, siaradwch am eich problem gyda ni.**

Am ragor o wybodaeth e-bostiwch ni ar  
**[icanmon@ynysmoncab.org.uk](mailto:icanmon@ynysmoncab.org.uk)**  
neu ffoniwch ni ar 01407 769300,  
Dydd Llun i ddydd Gwener, 9am i 4pm,  
i ofyn am alwad yn ôl.

**Galw Heibio (Dim angen apwyntiad)**

Cyngor ar Bopeth Caergybi, Dydd Llun - Dydd Gwener  
9am - 4pm

Cyngor ar Bopeth Llangefni, bob dydd Mercher  
2pm - 4pm

Canolfan Iechyd Biwmares, dydd Mawrth cyntaf bob mis  
9am - 12pm

Canolfan Iechyd Amlwch, trydydd dydd Mawrth bob mis  
9am - 12pm



## **Prosiect Meddwl Ymlaen Gwynedd ac Ynys Môn**

Ein nod yw grymuso pobl ifanc i ddiffinio a meithrin eu gwytnwch er mwyn sicrhau dyfodol sy'n iach yn feddyliol ac i feithrin gwytnwch ymysg cymunedau.

### **Beth yw Meddwl Ymlaen?**

Rhaglen grant gwerth £10 miliwn yw Meddwl Ymlaen, a ariennir gan Gronfa Gymunedol y Loteri Genedlaethol. Nod y rhaglen yw grymuso pobl ifanc i greu a gweithredu gweledigaeth ar gyfer dyfodol mwy gwydn ac iach yn feddyliol i bobl ifanc yn eu cymunedau. Mae Partneriaeth Gwynedd ac Ynys Môn wedi derbyn £1.5 miliwn dros bum mlynedd.

### **Partneriaeth Meddwl Ymlaen:**

- Barnardo's (Arwain)
- CAMHS
- GISDA
- Gwasanaethau Ieuenctid Gwynedd
- Gwasanaethau Ieuenctid Ynys Môn
- Y Bartneriaeth Awyr Agored

### **Agwedd bwysicaf y prosiect yw cael llais y person ifanc drwy:**

Ymgysylltu â grwpiau amrywiol o bobl ifanc a'u rhoi wrth y llyw i ddatblygu gweledigaeth o ddyfodol mwy gwydn ac iach yn feddyliol

Paratoi ar gyfer gwneud y newidiadau y mae pobl ifanc eisiau eu gweld yn cael eu gwneud i systemau a gwasanaethau presennol.

Datblygu'r bartneriaeth ymhellach gan sicrhau bod y bobl a'r sefydliadau iawn yn cael eu cynnwys i gyflawni'r capasiti, y llwyfannau a'r dylanwad sydd eu hangen i sicrhau newid parhaol.

Cefnogwch Meddwl Ymlaen drwy annoog pobl ifanc rhwng 11-25 oed i gwblhau y 6 cwestiwn, defnyddiwch y QR i fod yn rhan o greu newid.

Am ragor o wybodaeth ffoniwch 07714754625 neu e-bostiwch [meddwlymlaen@barnardos.org.uk](mailto:meddwlymlaen@barnardos.org.uk)



## Arian Loteri Genedlaethol i gefnogi cymunedau Ynys Môn

Mae nifer o grwpiau cymunedol ar Ynys Môn wedi bod yn llwyddiannus yn ddiweddar wrth wneud cais am grant gan Gronfa Gymunedol y Loteri Genedlaethol i ddod â phobl ynghyd.

Bydd **Menter Iaith Môn** yn defnyddio ei £250,000 dros ddwy flynedd i ymgysylltu a gweithio gyda channoedd o oedolion, plant a phobl ifanc ar draws cymunedau Ynys Môn a Gwynedd. Bydd eu prosiect, 'Ein Hanes Ni', yn rhannu a dogfennu hanes a threftadaeth leol ar draws y cenedlaethau trwy gyfrwng ffilmiau byr a chylchlythyrau.

Dywedodd Aaron Morris, Swyddog Maes Menter Iaith Môn, fwy wrthym am y prosiect:

"Un o'r amcanion fydd creu cyfle i blant ofyn cwestiynau i drigolion hŷn o bentrefi ar draws Ynys Môn, i ddarganfod hanes eu hardal leol ac ystyried sut mae pethau wedi newid dros y blynyddoedd. Bydd y prosiect yn annog plant ac oedolion i ymweld â gwahanol lefydd yn y pentrefi, trafod yr hanes, a chwilio am wybodaeth goll.

"Bydd y cyfan yn cael ei ddogfennu a'i roi at ei gilydd ar ffurf ffilm fer ac yn cael ei ddangos i drigolion yr ardal trwy gyflwyniadau ar ddiwedd y prosiect, fel bod y gymuned gyfan yn elwa. Bydd y prosiect yn rhoi llais a llwyfan i straeon y trigolion hŷn, tra'n ysbrydoli'r genhedlaeth iau pa mor bwysig yw rhannu a throsglwyddo gwybodaeth leol. Mae'n ymdrech i sicrhau parhad yn hanes, iaith a diwylliant y gymuned."



### Rhai o'r grwpiau eraill sy'n dathlu derbyn grant y Loteri Genedlaethol yw:

**Grŵp Pensiynwyr y Tŷ Coffi** - £4,540 i barhau i ddarparu man diogel i bobl dros 60 oed yn Llanfaethlu a'r cyffiniau gyfarfod. Mae'r sesiynau wythnosol yn rhoi cyfle iddynt gymdeithasu, sydd yn naturiol yn gwella eu lles meddyliol. Bydd dwy daith hefyd yn cael eu trefnu i ddod ag aelodau o'r gymuned at ei gilydd.

**Bwyd Da Môn** - £10,000 i ymestyn oriau gwaith staff i gwrdd â'r cynnydd yn y galw am becynnau bwyd dros fisoedd y gaeaf, yn enwedig mewn ardaloedd anghysbell ym Môn.

Bu **Hywel Lovgreen, Swyddog Ariannu Ynys Môn yng Nghronfa Gymunedol y Loteri Genedlaethol**, yn dathlu'r grwpiau hyn ar lawr gwlad: "Rydym yn falch iawn o allu cefnogi'r prosiectau amrywiol hyn. Diolch i chwaraewyr y Loteri Genedlaethol, mae'r grwpiau'n gwella bywydau pobl trwy ddod â nhw at ei gilydd a chadw'r ysbryd cymunedol yn fyw ar draws Ynys Môn.

**"Os oes gennych chi syniad am brosiect i gefnogi eich cymuned, cysylltwch â mi am sgwrs ar 07790 815383 neu [hywel.lovgreen@cronfagymunedolcymru.org.uk](mailto:hywel.lovgreen@cronfagymunedolcymru.org.uk)."**

Gallwch hefyd ymweld â'n gwefan i gael rhagor o wybodaeth am raglenni ariannu amrywiol:  
<https://www.tnlcommunityfund.org.uk/welsh/funding/wales>

# Newyddion Cyllid



 **Cyllido Cymru  
Funding Wales**

## CHWILIO AM ARIAN?

Dewch o hyd i gyllid ar gyfer eich elusen, grŵp cymunedol neu fenter gymdeithasol gan ddefnyddio'r peiriant chwilio ar-lein rhad ac am ddim, Cyllido Cymru.

Gallwch chwilio cannoedd o gyfleoedd cyllid grant a benthyciadau ar Cyllido Cymru o ffynonellau lleol, cenedlaethol a rhyngwladol, o grantiau bach i brosiectau cyfalaf mawr. Rydym wedi gwella ymarferoldeb y wefan yn ddiweddar hefyd, gan gynnwys:

- Swyddogaeth rhybuddio sy'n eich hysbysu os ychwanegir arian newydd sy'n berthnasol i'ch chwiliadau
- Y gallu i arbed chwiliadau fel y gallwch gael mynediad iddynt pan fynwch
- Y gallu i lawrlwytho chwiliadau mewn fformatau gwahanol
- Yn ogystal â hyn, rydym wedi gwneud rhai newidiadau 'o dan y cwfl' i'r wefan i wella ansawdd chwiliadau pawb a'ch helpu i ddod o hyd i'r cyllid yr ydych yn chwilio amdano.

Os nad ydych wedi cofrestru o'r blaen, ond yr hoffech fanteisio ar y chwiliad cyllid, cofrestrwch yn <https://cy.funding.cymru/>

Mae Cyllido Cymru yn rhad ac am ddim i unrhyw un sy'n gweithio neu'n gwirfoddoli yn y sector gwirfoddol yng Nghymru ei ddefnyddio.

I ddechrau chwilio am gyllid rhaid i chi gwblhau'r broses gofrestru yn gyntaf. Unwaith y byddwch wedi cofrestru byddwch yn gallu chwilio am gyllid.



## Cronfa Gymunedol

- **PWY ALL YMGEISIO?** Gall unrhyw sefydliad di-elw wneud cais i'r Gronfa. Mae'n rhaid i'r prosiect fod wedi'i leoli yn y cymunedau yr ydym yn eu gwasanaethu, a rhoddir blaenoriaeth i'r cymunedau lle'r ydym yn gweithio, neu wedi bod yn gweithio.
- **BETH MAE ANGEN I CHI EI WNEUD?** Y cwbl y mae angen i chi ei wneud yw cwblhau ein ffurflen gais ar-lein.
- **FAINT O GYLLID SYDD AR GAEL?** Gall ceisiadau llwyddiannus dderbyn hyd at uchafswm o £5,000 o gyllid fesul prosiect.
- **SUT I WNEUD CAIS?**  
Byddwn yn agor ein proses ymgeisio ar-lein 3 gwaith yn ystod y flwyddyn am 8 wythnos (1 IONAWR - 29AIN FEBUARY 2024)

**I gael mynediad i'r wefan a gwybodaeth pellach, dilynwch y ddolen isod**

heading<https://corporate.dwrcymru.com/en/community/community-projects/community-fund>

# Cyfleoedd Gwirfoddoli



**North Wales  
Wildlife Trust**  
Ymddiriedolaeth Natur  
Gogledd Cymru

Gyda 35 o warchodfeydd natur i'w rheoli ledled Gogledd Cymru, mae llawer o waith i'w wneud bob amser.

Mae'r gaeaf yn amser gwych o'r flwyddyn i wirfoddoli ar ein gwarchodfeydd natur a darganfod pam eu bod yn lleoedd mor arbennig.

Os dymunwch fynychu unrhyw un o'r diwrnodau gwaith, rhaid archebu ymlaen llaw yn uniongyrchol gyda'r trefnydd tasgau

Diwrnod gwaith gwirfoddol bob dydd Mercher ar un o'n gwarchodfeydd ym Môn neu Fangor 10 a.m. yn y warchodfa – tan 4 p.m.

Cysylltwch â Matt Cole  
01248 351541 neu 07375 520493 neu  
[matt.cole@northwaleswildlifetrust.org.uk](mailto:matt.cole@northwaleswildlifetrust.org.uk)



**GWIRFODDOLI**

Mae gwirfoddoli yn Sw Môr Môn yn ffordd wych o ennill profiad ym maes bioleg y môr, cadwraeth, systemau acwariwm a chynnal a chadw, addysg a rhyngweithio â'r cyhoedd.

Os ydych yn:

- 18 oed neu'n hyn
- Diddordeb mewn bioleg y môr a/neu swŵleg ac yn wybodus amdani,
- yn ddelfrydol yn gallu ymrwymo o leiaf 1 diwrnod yr wythnos
- yn gyfforddus i siarad â'r cyhoedd

Yna lawrlwythwch y ffurflen gais a'i hanfon at Matt Davidson ar [matt@angleseyseazoo.co.uk](mailto:matt@angleseyseazoo.co.uk)

Gobeithiwn glywed gennych yn fuan!



## Mae Angen Gwirfoddolwr Cyfeillgarwch

Rydym am recriwtio gwirfoddolwr Cyfeillgarwch i gefnogi person â salwch terfynol yn ei gartref yn **ardal Ynys Gybi**

Mae Cyfeillion Marie Curie yn wirfoddolwyr hyfforddedig sy'n darparu cwmni'ath emosynol ac ymarferol i bobl sy'n nesáu, at ddiwedd oes, a'r rhai sy'n agos atynt.

Darperir hyfforddiant a chefnogaeth lawn, a gellir hawlio Costau Teithio.

Os gallwch chi roi 3 awr yr wythnos i gefnogi rhywun yn eich cymuned leol, cysylltwch â ni dros y ffôn neu e-bost, neu sganwch y cod QR i wneud cais.

Call 0800 304 7032

or email [walescompanion@mariecurie.org.uk](mailto:walescompanion@mariecurie.org.uk)

Whatever the illness,  
we're with you to the end



## Companion Volunteer needed

We are looking to recruit a Companion volunteer to support a terminally ill person at home in the **Holy Island area**.

Marie Curie Companions are trained volunteers who provide emotional and practical companionship for people approaching the end of life, and those close to them.

Full training and support is provided, and travel expenses can be claimed.

If you can give 3 hours a week to support someone in your local community, please get in touch by phone or email, or scan the QR code to apply.

## Ydych chi rhwng 18-25 ac yn byw yng Nghymru?

Gwirfoddoli ym Mhortiwgal  
gyda'r Groes Goch



**Telir yr holl gostau!**

(gan gynnwys teithiau hedfan, fisas, llety a lwfans byw)

### Gwybodaeth:

- ddau le olaf!
- lleoliad deng mis
- Ionawr i Hydref 2024
- Wedi'i leoli yn Faro, Potiwgal

### Pam cymryd rhan?

- Datblygu sgiliau a phrofiad proffesiynol
- Gwneud argraff dramor
- Profwch iaith a diwylliant newydd

E-bostiwch ni yn: [IYVP@redcross.org.uk](mailto:IYVP@redcross.org.uk) am fwy o

wybodaeth neu i drefnu galwad



# Cyfle Gwirfoddoli



## ALLECH CHI HELPU

GYRRU POBL I  
APWYNTIADAU  
ANGENRHEIDIOL AT Y  
MEDDYG NEU'R YSBYTY



Rydym yn chwilio am  
bobl all roi ychydig o  
oriau y mis!

### BYDDWN YN TALU:

- COSTAU GDG (DBS)
- COSTAU TANWYDD
- COST O UNRHYW DREULIAU ERAILL

AM FWY O WYBODAETH  
CYSTLLTWCH GYDA NI

[LINC@MEDRWNMON.ORG](mailto:LINC@MEDRWNMON.ORG)

01248 725745



# 'Gwirfoddolwyr yn gwneud gwahaniaeth'

## Dyma rai o Wirfoddolwyr Môn a pham eu bod yn mwynhau gwirfoddoli.....

"Gwirfoddolais i ddechrau gan fy mod wedi clywed eu bod yn brin o staff yng Nghanolfan Gwelfor Caergybi. Fodd bynnag, rwyf wedi mwynhau pob eiliad yno, gan weithio fel rhan o'r tîm staff yn gweini'r prydau a hefyd yn siarad â'r cleientiaid ac yn cymysgu â nhw, ac mae gan bob un ohonynt ei stori ei hun i'w hadrodd. Dof adref wedyn gyda gwên hapus yn teimlo fy mod wedi gwneud cyfraniad defnyddiol tuag at wneud bywydau eraill yn fwy plerusus. **Lynne Watt, Canolfan Gwelfor Caergybi**"



" Rwy'n gwirfoddoli gan fy mod yn hoffi helpu pobl a gallaf ddefnyddio sgiliau rwyf wedi'u meithrin yn ystod fy mywyd gwaith. Boed hynny efallai'n trwsio eitem yn y Caffi Trwsio, yn gyrru'r bws mini yn mynd â phobl allan am y dydd neu unrhyw un o'r sefydliadau eraill rydw i'n gwirfoddoli iddyn nhw."

**Tom Cooke, Caffi Trwsio / Repair Cafe**



Mae 7 mlynedd ers i mi fod yn gwirfoddoli i'r Groes Goch. Rwy'n gwirfoddoli yn y siop ar fy niwrnod i ffwrdd. Rwy'n cael gweld pobl leol a chael sgwrs gyda'r cwsmeriaid i weld a ydyn nhw'n iawn. Rydym yn gwerthu cynnyrch da am brisiau rhesymol. Rwy'n teimlo fy mod yn gwneud rhywbeth gwerth chweil yn fy nghymuned leol ac rwy'n cael cyfarfod â phobl newydd. Rwy'n cefnogi Elusen y Groes Goch, nid yn unig maen nhw'n helpu ar draws y byd ond hefyd y gymuned leol".

**Barbarah Williams, Siop Y Groes Goch**



# Beth sydd ymlaen?

@munchkinsmon  
www.bookwhen.com/munchkinsmon

## Tê a tisw pnawn goffi i deleuodd â babanod

£1

\*rhodd wirfoddorol  
\*voluntary donation

## Tea and Tissues social group for families with babies

Eistedda lawr gyfaill, mwya banad a rhwybeth melys. mi fydd gennym focs o hancesi bavure - rhagofn fydd rhaid sychu dagrun neu ddau. Tra ti wrthi pam ddim neud ffrind newydd neu ddwy.

Take a load off, my friend! Savor a steaming cuppa and indulge in some naughty nibbles. We'll have a box of tissues at the ready, just in case things get emotional. Plus, while you're at it, why not make some new amigos? Who knows where this chill sesh will take you!

**Bob dydd Llun / Every Monday**  
**Canolfan Esgeifiog Gaerwen**  
**1-2.30pm**



## hwb mencap môn

8 Stryd Fawr, Llangefni LL77 7LT

## TE PRYNHAWN a chroeso cynnes

Dydd Mawrth, Chwefror 6, 2yh i 4yh

Dewch i ddarganfod beth allwn ei gynnig i chi yn Hwb Mencap Môn...



mencap  
môn

01248 723298 • 07506 294435 • martinmencapmon@gmail.com  
www.facebook.com/mencapmonhub/ • 8 Stryd Fawr, Llangefni



maethu  
cymru

Môn

foster  
wales

Anglesey

oes gennych chi  
gwestiynau am faethu?

dyma ein digwyddiadau sydd i ddod  
dewch draw i gael sgwrs

Oriel Môn, Llangefni

23ain Ionawr  
11am - 2pm

Asda, Llangefni

6ed Chwefror  
11am - 2pm

Ysbyty Gwynedd

9fed Chwefror  
11am - 2pm

Morrisons, Holyhead

20fed Chwefror  
11am - 2pm



## Grwp Babanod a Phlant

Yn cyfarfod pob bora Mercher  
Yn ystod tymor ysgol  
Canolfan hen ysgol Bodorgan  
9.30yb tan 11yb  
£2 y plentyn  
Croeso cynnes i bawb

Dewch i chwarae  
Canu caneuon  
Gwranddo ar straeon

Byrbryd ac ffrwythau  
Ar gael

Dewch â diod  
Os gwelwch yn dda



Parcio ar gael tu ôl ir ysgol



# Caffi Canu Haulfre

## Grwp canu cymunedol

- \*Dod a chenedlaethau ynghyd
- \*Mae croeso i bawb
- \*Dewch â'ch plant

Haulfre, Llangoed  
Dydd Gwener  
11.15-12.15

Ionawr 19 & 26,  
Chwefror 2 & 9

**AM DDIM!**

## Community singing group

- \*Bringing all generations together
- \*Everyone is welcome
- \*Bring your children

Haulfre, Llangoed  
Fridays 11.15-12.15  
Jan 19 & 26, Feb 2 & 9

**FREE!**

Viv: 07811799673 [ycylchcanu@gmail.com](mailto:ycylchcanu@gmail.com)

Wedi gefnogi gan Gronfa Ynys Mon Oed-Gyfeillgar, Cyngor Sir Ynys Mon  
Supported by the Isle of Anglesey County Council's Age friendly Communities Fund



# Mae Cadeiriau Olwyn Traeth nawr ar gael!

## Maes Parcio Bae Llanddwyn

Am ddim ac ar gael  
trwy gydol y  
flwyddyn



I archebu, cysylltwch a Cyfoeth Naturiol  
Cymru ar 07816110188



## HWB CYMUNEDOL GRŴP CREFFT NEWYDD/ NEW CRAFT GROUP

DYDD SUL  
IONAWR 14 JANUARY  
NEUADD GOFFA  
LLANFAIRPWLL  
10-1PM  
£3

PANAD SGWRS A RHANNU EICH SGILIAU GYDA ERAILL.  
TEA, CHAT, LEARN AND SHARE YOUR SKILLS.

# CANIAD

## FFAIR ADFERIAD MÔN

Eisiau gwybod pa wasanaethau  
lechyd Meddwl a  
Chamdddefnyddio Sylweddau  
sydd ar gael ar yr ynys?  
Dewch i ymuno â ni!

**PRIF NEUADD CHWARAEON  
CANOLFAN HAMDDEN  
LLANGFN I RHWNG 9AM A  
3PM AR 27 CHWFROR 2024**

Stondinau gwybodaeth a gweithdai  
Bwyd a lluniaeth am ddim  
Cludiant o: Gaergybi, Benllech, Amlwch a  
Phorthaethwy  
(ffoniwch i archebu)

Ffoniwch: 0800 0853 382



E-bost: [mhairi.allardice@caniad.org.uk](mailto:mhairi.allardice@caniad.org.uk)



Os oes gennych chi ddigwyddiad yr hoffech  
i ni ei hyrwyddo, cysylltwch â:

[post@medrwnmon.org](mailto:post@medrwnmon.org)

01248 724944



# Cysylltwch â ni

---



**Ffoniwch: 01248 724944**



**Ebost: [POST@MEDRWNMON.ORG](mailto:POST@MEDRWNMON.ORG)**



**FACEBOOK: MEDRWN MÔN**



**Gwefan: [WWW.MEDRWNMON.ORG](http://WWW.MEDRWNMON.ORG)**