



CANFOD Y GÂN  
**DISCOVER** THE SONG

Llawlyfr Gwirfoddolwyr

# Croeso i brosiect Canfod y Gân

Diolch i chi am ddewis gwirfoddoli gyda prosiect Canfod y Gân. Rydym yn gwerthfawrogi'r ffaith eich bod yn gwirfoddoli gyda ni. Rydym yn ymrwmo i wneud ein gorau i ofalu bod eich profiad gwirfoddoli yn un positif ac yn rhoi boddhad i chi. Mae eich amser, eich sgiliau a'ch profiadau yn werthfawr iawn i'r prosiect.

Yn y llawlyfr hwn byddwn yn ymdrechu i'ch gwneud yn ymwybodol o'r canlynol :

- Manteision gwirfoddoli
- Gweledigaeth y prosiect – Nod ac amcanion
- Cefndir y prosiect
- Manylion ymarferol - Tasgau, lleoliadau ac amser
- Disgrifiad o'ch rôl a'ch cyfrifoldebau
- Polisi gwirfoddoli CGWM

**I wneud  
gwahaniaeth**

**I gysylltu ag  
eraill**

**Rhannu  
sgiliau a  
phrofiadau**

**Ehangu  
gorwelion a  
phrofiadau**

## **Pam gwirfoddoli?**

**Gwella llesiant  
eich hun  
ac eraill**

**Meithrin  
cyfeillgarwch**

**Rhyngweithio  
ac eraill**

## **Mae gan bawb gân i'w chanu**

**ac mae pawb yn haeddu'r cyfle i ddarganfod a rhannu eu cân.**

Dyma yw nod prosiect 'Canfod y Gân' gyda'r bwriad o drawsnewid bywydau drwy gerddoriaeth. Mae'r prosiect yn eiddgar i recriwtio gwirfoddolwyr brwdfrydig sydd yn barod i gyfrannu at y weledigaeth hon ac at botensial pellgyrhaeddol y prosiect. Bydd y gwirfoddolwyr y prosiect yn cynorthwyo'r staff, y tiwtoriaid cerdd i ddarparu sesiynau cerddoriaeth integredig i unigolion (16oed+) gydag anableddau dysgu a rhai sydd heb anableddau adnabod a datblygu eu cryfderau a'u ddiddordebau cerddorol eu hunain, ac ar y cyd gydag eraill.

Drwy ymroi i'r prosiect byddwch yn cefnogi ac yn annog aelodau eich cymuned i gymryd taith gerddorol fydd yn cynnig cyfleoedd i wella eu hiechyd meddwl a'u llesiant. Byddwch yn cyfrannu annog ymagweddau cadarnhaol o anabledd o fewn ein cymuned.

**Drwy wirfoddoli ym  
mhrosiect Canfod y Gân  
byddwch yn cefnogi, ac yn  
annogi eraill yn ogystal â chi  
eich hun i...**

**Datblygu  
perthnasoedd  
positif drwy  
gerddoriaeth**

**Meithrin  
perthnasoedd  
positif gyda  
chyfoedion**

**Meithrin  
annibyniaeth**

**Gwella sgiliau  
canolbwytio**

**Gwneud y  
mwyaf o  
gyfleoedd**

**Ymddiried  
mewn eraill**

**Cyfrannu i  
sesiynau  
cerddorol a  
pherfformiadau  
cyson**

**Creu  
partneriaethau  
positif yn y  
gymuned**

**Gyrraedd  
potensial a  
mwy**

**Meddwl yn  
greadigol,  
arsylwi ac  
addasu**

## Cefndir y prosiect

Mae Canolfan Gerdd William Mathias (CGWM), mewn partneriaeth â thîm Anableddau Dysgu Cyngor Gwynedd, wedi derbyn nawdd gan Music Challenge Fund mudiad Spirit 2012 er mwyn rhedeg prosiect 'Canfod y Gân' dros dair blynedd.

### Trefniadau

#### Caernarfon

Lleoliad : Hwb, Caffi Arfon, Canolfan Hamdden Caernarfon  
Nosweithai Llun : 5.30-7.00pm

#### Pwllheli

Lleoliad : Capel y Drindod Pwllheli  
Nosweithai Mawrth : 5.15-6.45pm

#### Harlech

Lleoliad : Ysgol Ardudwy  
Nosweithai Mawrth: 5.30-7.00pm

## Rhediad y prosiect

O ddiwedd mis Ebrill 2019, bydd tri grwp yn cyfarfod bob pythefnos yn ardal Harlech, Pwllheli a Chaernarfon. Pob chwe mis, bydd y grwpiau yn perfformio'n gyhoeddus unai yn y gymuned neu mewn gwyliau cerddoriaeth lleol a/neu'n genedlaethol.

Bydd y grwpiau yn rhedeg dan arweiniad arweinyddion cerddorol a cherddorion arbenigol achlysurol. Bydd y grwpiau yn dilyn trywydd cerddorol yr aelodau. Rydym yn awyddus i ddarparu ystod eang o brofiadau cerddorol amrywiol a safonol i'r grwpiau, yn ogystal â cyfryngau a dulliau amrywiol. Bydd cyfranogwyr y grwpiau – boed yn aelodau neu'n wirfoddolwyr – yn derbyn hyfforddiant cerddorol safonol ac yn manteisio ar gyfleoedd perfformio a chyfansoddi heb eu hail.

Drwy wirfoddoli gyda'r prosiect mae'r ganolfan yn ymrwmo i'r canlynol :

- Eich cyflwyno i'ch rôl, y ganolfan, staff perthnasol i'r prosiect a gwirfoddolwyr eraill y byddwch yn dod i gysylltiad â nhw.
- Rhoi cyfleoedd rheolaidd i chi gwrdd â'ch person cyswllt,
- Ceisio deall eich rhesymau dros wirfoddoli, eich diddordebau a'ch dymuniadau a bodloni'r rhain cyn belled a phosib.
- Ymgynghori â chi ynglŷn â newidiadau sy'n effeithio ar eich gwirfoddoli.
- Darparu amgylchedd diogel ac yswiriant i chi tra'r ydych yn gwirfoddoli.
- Eich trin â pharch, yn unol â pholisi cyfle cyfartal.
- Ymateb i'ch pryderon neu'ch cwynion mor gyflym ag y gallwn.

Fel gwirfoddolwr, hoffai'r prosiect i chi ymwrymo i wneud y canlynol :

- Cyfrannu, cefnogi ac anogi eraill hyd eithaf fy ngallu.
- Rhoi cymaint o rybudd â phosib os na allaf wirfoddoli fel y disgwyl.
- Cynnal gwerthoedd a pholisïau'r ganolfan, gan gynnwys iechyd a diogelwch, cyfrinachedd a chyfle cyfartal.
- Rhoi gwybod am unrhyw beth sy'n peri pryder i'ch diogelwch/llesiant neu i ddiogelwch/llesiant pobl eraill.
- Gwneud eich gorau i beidio ag ymddwyn mewn unrhyw ffordd a fyddai'n dwyn anfri ar y ganolfan.
- Manteisio ar gyfleoedd hyfforddi a datblygu.

Nod y rôl : Cydweithio gyda thiwtoriaid ac aelodau o grŵp Canfod y Gân mewn gweithgareddau cerddorol sydd â'r nod o wella iechyd meddwl a llesiant.

### Tasgau

Bydd cyfleoedd i drafod y tasgau yma fel eich bod yn gyfforddus i'w cyflawni fel gwirfoddolwr :

- Cefnogi a chynorthwyo aelodau'r grŵp i gymryd rhan ar y cyd a chydweithio dan arweiniad y tiwtor.
- Cymdeithasu fel cyd-aelodau'r grŵp.
- Cynorthwyo gyda'r lluniaeth yn ystod cyfnod paned.
- Cynorthwyo i osod yr ystafelloedd cyn y sesiynau. Cynorthwyo ar ddiwedd y sesiwn i gadw'r adnoddau ac mewn cyngherddau neu wyliau penodol.

### Amser

Ymrwymiad amser hyblyg, yn ddelfrydol dylech fod ar gael ar gyfer sesiwn dwy awr bob pythefnos, drwy'r flwyddyn. Petai'r sesiwn yn rhedeg ar ŵyl y banc, byddai'n bosib (drwy gytundeb yr aelodau/tiwtoriaid/gwirfoddolwyr a'r lleoliad) i newid dyddiad am y cyfnod hynny yn benodol.

### Buddion a gynigir

- Hyfforddiant mewnol
- Tystysgrif DBS
- Digwyddiadau cydnabod gwirfaddolwyr

### Geirdaon

- Bydd angen dau eirda.
- Bydd gofyn i chi fydd â chysylltiad uniongyrchol a sylweddol gyda phlant neu oedolion sy'n agored i niwed gael archwiliad gan yr heddlu



## Sgiliau angenrheidiol i chi fel gwirfoddolwr

- Diddordeb a brwdfrydedd mewn cydweithio gyda croesdoriad o oedolion mewn grŵp cynhwysol lle mae cyfraniad pob aelod yn gyfartal.
- Diddordeb mewn gweithgareddau cerddorol cymunedol a'r gallu i annog eraill i gymryd rhan a mwynhau'r sesiynau.
- Sgiliau rhyngpersonol cryf er mwyn cyfathrebu, cymdeithasu, a chynorthwyo aelodau'r grŵp o fewn y sesiwn.

Llofnod \_\_\_\_\_ (Gwirfoddolwr)

Llofnod \_\_\_\_\_ (CGWM)

Dyddiad \_\_\_\_\_