****** 14 Gorffennaf 2025**

Datganiad i'r Wasg:

Lansio Cyfleoedd Volunteens cyntaf Ceredigion!

Dan arweiniad elusen **Foothold Cymru**, wedi'i ariannu gan Lywodraeth Cymru a'i weinyddu gan y WCVA, a Gwirfoddoli Cymru, mae'r Volunteens yn blatfform a arweinir gan bobl ifanc sy'n cysylltu pobl ifanc 16–18 oed â chyfleoedd gwirfoddoli lleol sy'n adeiladu sgiliau ac yn cefnogi cymunedau.

Yn dilyn peilot llwyddiannus yn Sir Gâr, lle gwelwyd cannoedd o bobl ifanc yn cymryd rhan mewn cyfleoedd gwirfoddoli, mae **Volunteens** bellach yn ehangu i **Sir Benfro, Ceredigion, a Phowys**.

Mae'r lleoliad Volunteens cyntaf erioed y tu allan i Sir Gâr nawr yn **Aberteifi, Ceredigion!** Mae elusen ieuenctid **Area 43** wedi lansio cyfleoedd sy'n cynnig cyfle i bobl ifanc ennill profiad go iawn, dysgu sgiliau barista, a bod yn rhan o dîm cefnogol, croesawgar yn eu caffi a arweinir gan bobl ifanc, Depot.

Dywedodd Emily Wells, sy'n arwain ar gyflwyno'r gwasanaeth Volunteens ar ran Foothold Cymru: "Mae pobl ifanc eisiau rhoi'n ôl i'w cymunedau ac maent yn angerddol am wneud effaith gadarnhaol. Ond roeddynt yn ei chael hi'n anodd dod o hyd i gyfleoedd gwirfoddoli sy'n hygyrch ac sy'n gyfeillgar i bobl ifanc. Mae Volunteens yn pontio'r bwlch hwn—gan alluogi sefydliadau gwych fel Area 43 i gynnig cyfleoedd sy'n fuddiol i bawb."

Mae **Area 43** yn cefnogi pobl ifanc mewn lleoliadau ffurfiol ac anffurfiol, ac maent yn credu bod gan **bobl ifanc y grym i newid cymunedau**—sy'n eu gwneud yn bartner perffaith i arwain a chynorthwyo gwirfoddolwyr ar hyd eu taith.

Yn **Area 43**, bydd Volunteens yn derbyn hyfforddiant ymarferol ar wneud coffi, cymryd archebion cwsmeriaid, delio â thaliadau, a chadw'r caffi yn lân ac yn gyfeillgar. Mae'r rôl wedi'i chynllunio i **ddatblygu hyder**, meithrin sgiliau ymarferol, a chefnogi pobl ifanc wrth iddynt gymryd eu camau nesaf.

Dywedodd Michelle Costigan o Area 43:

"Yn Depot, rydym yn credu mewn creu cyfleoedd go iawn i bobl adeiladu hyder, dysgu sgiliau newydd, a chymryd camau ystyrlon tuag at gyflogaeth. Mae'n fwy na hyfforddiant - mae'n ymwneud â pherthyn, tyfu, a chael cefnogaeth bob cam o'r ffordd.

- *Michelle*

Mae'r lansiad hwn yn nodi **carreg filltir bwysig** i brosiect Volunteens ac mae'n gyfle gwych i bobl ifanc yng **Ngheredigion** ennill profiad, datblygu eu sgiliau, a gwneud cyfraniad cadarnhaol i'w cymuned.

Diddordeb mewn gwirfoddoli neu gefnogi gwirfoddolwyr ifanc?
Ewch i www.volunteens.org.uk i ddysgu mwy a gwneud cais.

Foothold Cymru, Canolfan yr Arglwydd Arthur Rank, Heol Trostre, Llanelli, SA14 9RA. Ffôn: 01554 779910 ebost: info@footholdcymru.org.uk

DELWEDD: O'r chwith i'r dde: Gwirfoddolwyr yn Area 43, Aberteifi: Victoriia Chetvertnykh, Leonid Chaplyhin

Nodiadau i Olygyddion

Elusen cyfiawnder cymdeithasol yw Foothold Cymru.

Wedi'i sefydlu 35 mlynedd yn ôl, mae Foothold Cymru yn taclo achosion ac effaith tlodi ac anghydraddoldeb trwy ddatgloi potensial y bobl a'r cymunedau mwyaf bregus yng Ngorllewin Cymru. Wrth wneud hyn, rydym yn cydnabod bod yr atebion, a'r sgiliau i'w rhoi ar waith, yn aml i'w canfod ym mhrofiadau byw a dealltwriaeth y bobl a'r cymunedau a effeithiwyd.

Rydym yn canolbwyntio ar dair amcan strategol:

Byw a Ffynnu: Mae "Byw a Ffynnu" yn ymrwymiad i sicrhau bod gan bawb fynediad cyfartal i wasanaethau hanfodol sy'n gwella eu lles cyffredinol.

Dysgu a Thyfu: Mae "Dysgu a Thyfu" yn ymrwymiad i gefnogi unigolion o bob oed i gael mynediad i gyfleoedd dysgu a dysgu gydol oes, gan chwalu rhwystrau i'w llwyddiant.

Amddiffyn a Chynnal: Mae "Amddiffyn a Chynnal" yn adduned i hyrwyddo cyfiawnder amgylcheddol a chynaliadwyedd.

Mae **cydgynhyrchu** yn ganolog i waith Foothold. Mae'n ffordd o weithio lle mae pobl yn dod ynghyd mewn partneriaeth gyfartal i greu rhywbeth newydd neu wneud newidiadau i sefyllfa bresennol. Yr

egwyddor y tu ôl i gydgynhyrchu yw bod gan bawb a allai gael eu heffeithio gan rywbeth wybodaeth a phrofiad gwerthfawr all helpu i'w ddylunio a'i gyflwyno mewn ffordd sy'n ei gwneud hi'n fwy effeithiol i bawb sy'n ei ddefnyddio.

Wedi'i leoli yn nhref Llanelli, mae Foothold Cymru'n cefnogi unigolion a chymunedau ledled Gorllewin Cymru.

Ariennir Volunteens gan Lywodraeth Cymru a'i weinyddu gan y WCVA, a Gwirfoddoli Cymru.

Am ymholiadau'r wasg a PR, cysylltwch ag Emily Wells emily@footholdcymru.org.uk Ffôn: 01554 779910 Symudol: 07398 740599