HOPE
Helpu eraill i gymryd rhan ac ymgysylltu

age connects wales.

age Cymru

2024-2025

Gwirfoddolwyr

208
o wirfoddolwyr yn weithgar dros y flwyddyn

192
o ymholiadau eleni

2,976
o oriau gwirfoddol

100%
yn teimlo eu bod yn cael cymorth rhagorol neu dda

Pobl a gefnogir

3,742
o gysylltiadau wedi'u gwneud

350
o atgyfeiriadau wedi derbyn

55
o bobl wedi eu cefnogi i ddod o hyd i wasanaethau mwy priodol

429
o faterion wedi eu delio

100%
o bobl wedi eu hymateb i o fewn 7 diwrnod

97%
yn teimlo bod eu lleisiau wedi'u clywed

83% o bobl yn teimlo bod eu problem(au) wedi cael eu datrys yn gadarnhaol
10% yn ansicr

Llysgenhadon

15
wedi hyfforddi ac yn weithgar

Hyfforddiant

139
o sesiynau

905
o bobl yn mynychu ein digwyddiadau datblygu / hyfforddi a gweminarau

99% yn barnu'r hyfforddiant yn dda neu'n rhagorol

Rhwydweithiau

33
o gyfarfodydd rhwydwaith eiriolaeth wedi'u cefnogi

Ymgysylltu

264
o ddigwyddiadau ymgysylltu ledled Cymru

Ansawdd

INVESTING IN VOLUNTEERS
BUDDSODDI MEWN GWIRFODDOLWYR

Buddsoddi mewn Gwirfoddolwyr safon ansawdd

Astudiaethau achos

Roedd Fred yn ddyn 57 oed yn byw mewn tŷ cyngor. Roedd ganddo nifer o broblemau iechyd gan gynnwys arennau'n chwyddo, poen yn y frest ac roedd wedi colli 80% o'i olwg. Roedd hefyd wedi dioddef o epilepsi yn ddiweddar, gan arwain at gyfnod yn yr ysbyty. Nid oedd gan Fred unrhyw gefnogaeth deuluol oherwydd bod y teulu wedi cwympo mas, ac roedd yn teimlo'n anobeithiol o unig.

Roedd Fred wedi arfer mynd i'r ganolfan ddydd leol lle'r oedd yn mwynhau llawer o weithgareddau fel crefft a chelf. Ond caeodd y ganolfan yn ystod COVID. Yna mynychodd gwrs llythrennedd digidol am sawl mis, ond roedd hwnna hefyd wedi dod i ben. Oherwydd ei gyflwr iechyd, nid oedd yn mynd allan rhyw lawer ac nid oedd yn gwneud unrhyw weithgareddau. Doedd e ddim yn gyrru ond roedd e'n defnyddio bysus a thacsi. Oherwydd ei gyflwr a'i broblemau symudedd, roedd Fred yn teimlo'n ynysig ac roedd yn dymuno cyfathrebu â phobl. Roedd gan Fred ddiddordeb mewn gwneud gweithgareddau newydd yn ei gymuned ac roedd e eisiau cwrdd â phobl newydd. Roedd ganddo ddiddordeb mawr mewn gwirfoddoli.

Gweithiwyd ein Heiriolwr Gwirfoddol Annibynnol yn dda â Fred, gan gyflwyno ystod o gyfleoedd gwirfoddol wedi'u teilwra i'w ddiddordebau. Roedd ganddo fwy o ddiddordeb mewn rolau mewn siopau elusennol a oedd yn agos ato a lle gallai ymgysylltu ag eraill. Gan weithredu ar ei ran, cysylltodd yr eiriolwr â siopau elusen cyfagos, gan hwyluso cyfathrebu a threfnu cyfnod prawf yn lleoliad dewisol Fred. Yn dilyn cyfnod prawf llwyddiannus, cynigodd yr elusen swydd wirfoddol i Fred. Roedd Fred wrth ei fodd, ac roedd yn teimlo bod ganddo bwrpas newydd. Roedd Fred yn ddiolchgar iawn am gefnogaeth HOPE. Roedd yn gyffrous iawn i gychwyn ar ei rôl newydd, i helpu eraill ac i greu cysylltiadau newydd yn ei gymuned. Er gwaethaf ei heriau iechyd, roedd yn teimlo ei fod wedi'i rymuso, ei werthfawrogi ac roedd ei hyder wedi gwella.

Roedd Jane yn dioddef o amrywiaeth o broblemau iechyd a oedd yn rhwystro ei golwg a'i rheolaeth dros ei dwylo ac roedd ei thŷ mewn cyflwr gwael wedi ymweliad gan adeiladwyr twyllodrus ddwy flynedd ynghynt. Roedd Jane wedi byw ar ei phen ei hun yn dilyn marwolaeth ei gŵr ac roedd yn dymuno symud o'i thŷ presennol i ddod yn agosach at ei chwaer, a oedd yn byw gyda dementia. Nid oedd unrhyw waith wedi cael ei gwblhau yn y tŷ ers dwy flynedd, er gwaetha'r ffaith bod Jane wedi bod ar restr aros ar gyfer atgyweiriadau cartref gostyngedig, ond nid oedd unrhyw waith wedi digwydd ac ni ellid rhoi amserlen. Er bod Jane yn sicr ei bod ar y rhestr aros, dywedodd ei bod yn teimlo'n 'isel iawn'. Dywedodd ei bod hi'n ei chael hi'n anodd dianc rhag y problemau a achoswyd gan yr adeiladwyr, a datgelodd ei bod hi'n teimlo'n hunanladdol yn ystod galwad ffôn gyda'r eiriolwr.

Trafododd ein Heiriolwr Gwirfoddol Annibynnol yr heriau gyda Jane, yn ogystal â sut roedd ei bywyd wedi newid a'r opsiynau posibl. Roedd Jane yn gwerthfawrogi'r cyfle i gael cefnogaeth. Datblygodd ei hyder a nododd sut fyddai hyn yn ei helpu i symud yn agosach at ei chwaer a hyd yn oed ymgymryd â thasgau corfforol ei hun. Derbyniodd Jane ad-daliad gan yr adeiladwyr, ac er nad oedd yn ddigon i gywiro'r llanast yr oeddent wedi'i adael, roedd yn ddigon i dynnu llinell o dan broses hir iawn a chaniatáu ychydig i Jane i symud ymlaen â'i bywyd.

Erbyn diwedd y gefnogaeth eiriolaeth, roedd Jane yn hyderus ac yn eirioli drosto'i hun ac roedd hi'n gwneud gwaith atgyweirio yn ei chartref ei hun. Roedd hi wedi ymgysylltu â chontractwyr dibynadwy i gyflymu'r broses o atgyweirio'r tŷ ac roedd y gwaith bron a'i orffen. Nododd Jane ei bod hi hyd yn oed wedi rhoi cynnig ar DIY ei hun. Roedd hi'n mwynhau, ac roedd hi'n hapus bod ganddi hobi newydd. Adborth Jane am brosiect HOPE oedd "10 allan o 10". Dywedodd hi ei bod hi'n hyderus i eirioli dros ei hun, roedd hi'n teimlo bod rhywun wedi gwrando arni, a'i chefnogi. Doedd hi ddim yn teimlo'n unig. Ar ben hynny, cytunodd Jane i gael ei chyfeirio at wasanaeth cyfeillio dros y ffôn a chafodd restr o linellau cymorth pe bai hi byth yn teimlo'n isel yn y dyfodol.

Roedd Gail wedi derbyn bil sylweddol gyda'i chyflenwr trydan. Cafodd sawl sgwrs gyda nhw am y cyfrif ond doedd hi ddim yn teimlo eu bod nhw'n ei helpu hi a doedden nhw ddim yn fodlon cyfathrebu â hi. Roedd Gail wedi dod dan straen enfawr oherwydd y sefyllfa ac roedd hi'n gofidio am y peth. Roedd hi'n teimlo'n rhwystredig iawn o ganlyniad i geisio siarad â'r cyflenwr, a doedd hi ddim yn teimlo bod neb yn gwrando arni.

Cefnogodd ein Heiriolwr Gwirfoddol Annibynnol Gail i gael rhagor o wybodaeth am hanes y cyhuddiadau. Ar ôl cyfathrebu daeth yn amlwg bod y cyfrif wedi cychwyn tua naw mis ynghynt pan brynodd Gail dwba dŵr poeth, ac roedd hi'n meddwl bod gadael y twba ymlaen drwy'r amser heb ei ddiffodd yn fwy darbodus.

Cefnogodd yr eiriolwr Gail i geisio cytundeb gyda'r cyflenwr i dalu'r ddyled mewn taliadau misol. Bydda hi'n clirio'r ddyled yn raddol gan osgoi problemau cyfreithiol. Gyda help yr eiriolwr, roedd Gail yn teimlo llawer yn well. Roedd y cytundeb i wneud taliadau dros nifer o fisoedd yn ei helpu i deimlo bod y ddyled yn cael ei dalu ac yn lleihau dros gyfnod o amser.

Roedd Kate yn bryderus iawn oherwydd bod yna lwydni ar wal ei thŷ. Roedd hi'n ofni bod yna broblem gyda'r gwteri, ond nid oedd hi'n siŵr sut i fynd i'r afael â'r broblem. Roedd y llwydni wedi bod yn casglu dros gyfnod sylweddol o amser, ac roedd Kate yn poeni am y sefyllfa. Fodd bynnag, nid oedd hi'n teimlo'n hyderus wrth gysylltu â masnachwr lleol oherwydd ei bod hi wedi clywed am bobl a wnaeth dderbyn gwasanaeth o ansawdd gwael. Roedd hyn yn golygu bod Kate wedi drysu, a doedd hi ddim yn gwybod ble i ddechrau wrth geisio datrys y broblem er ei bod hi'n gwybod bod y llwydni'n edrych yn wael ac yn niweidio'r wal allanol i'w thŷ.

Ymwelodd ein Heiriolwr Gwirfoddol Annibynnol â Kate a gyda'i gilydd fe wnaethant archwilio tu allan i'r tŷ. Roedd tystiolaeth bod y gwteri'n plygu ac roedden nhw'n llawn. Cytunodd Kate adael i'r eiriolwr ddod o hyd i grefftwr lleol a oedd yn gweithio gyda chwteri. Aeth yr Eiriolwr i edrych am grefftwr a oedd yn atgyweirio toi. Ar ôl ymchwilio a siarad â thri masnachwr ar y ffôn, gwahoddwyd dau i ymweld â'r eiddo. Dim ond un ddaeth i'r tŷ, a daeth yr Eiriolwr i gadw cwmni i Kate pan ddaeth y crefftwr ati. Roedd Kate yn gwerthfawrogi'r cwmni'n fawr.

Penodwyd crefftwr ar ôl cytuno ar bris gyda Kate ac fe ail-osododd a chliriodd y gwteri. Arolygodd yr eiriolwr fideo a ddarparwyd gan y crefftwr gyda Kate er mwyn iddynt fedru gweld bod y gwaith wedi ei gwblhau'n llawn. Roedd Kate yn ddiolchgar iawn am gefnogaeth yr eiriolwr gan nad oedd hi'n teimlo'n hyderus o gwbl wrth siarad â chrefftwyr ac roedd yn bryderus iawn am gael ei thwyllo i dalu arian heb ddatrys y broblem. Roedd Kate yn hapus bod y gwter yn gweithio'n gywir, a dechreuodd feddwl am ail-beintio'r wal ar ôl iddi sychu. Roedd hi'n teimlo'n llawer gwell wrth weld bod y llwydni'n diflannu.

Age Cymru, Llawr Isaf,
Tŷ Mariners, Llys Trident,
Heol East Moors, Caerdydd CF24 5TD

Ffôn: 029 2043 1555
E-bost: enquiries@agecymru.org.uk
www.agecymru.cymru

Dilynwch ni ar:

facebook.com/agecymru

twitter.com/agecymru

Mae Age Cymru yn elusen gofrestredig 1128436,
cwmni cyfyngedig drwy warant ac wedi'i gofrestru yng Nghymru a Lloegr
Gweler 6837284.uchod am ein swyddfa gofrestredig. ©Age Cymru 2025

Ariennir gan Lywodraeth Cymru
Funded by Welsh Government