Taflen Ffeithiau 2

Mynd Ati i Drefnu

Pam fod raid i mi fod yn drefnus?

- Symud oddi wrth grŵp anffurfiol, distrwythur at rywbeth mwy ffurfiol
- Ehangu o grŵp llai i grŵp mwy
- Cynllunio ymlaen – adeiladu'r sylfeini ar gyfer dyfodol hirdymor eich grŵp
- Chwilio am gefnogaeth gan asiantaethau allanol
- Datblygu pŵl o arweinwyr cerdded er mwyn ehangu'r amrywiaeth o weithgareddau a gynigir
- Cael y gwaith papur a'r prosesau priodol yn eu lle

Mae'r Daflen Ffeithiau hon yn edrych ar ddwy agwedd ar fod yn drefnus:

- Rheoli a gweinyddu – cael y strwythurau priodol yn eu lle
- Trefnu a mwynhau teithiau cerdded – yr ochr ymarferol i fod yn drefnus

Rheoli a gweinyddu – cael y strwythurau priodol yn eu lle

Wrth i grwpiau ddod yn fwy maent yn cydnabod yr angen am sefydlu strwythur mwy ffurfiol ac am ofyn i bobl dderbyn cyfrifoldebau a swyddogaethau penodol. Fel rheol, mae hyn yn cynnwys ffurfioldeb sefydlu 'clwb' neu strwythur trefniannol gyda chyfansoddiad.

Manteision strwythur ffurfiol gyda chyfansoddiad

- Cysondeb – nid yw'r grŵp yn dibynnu ar un neu ddau o unigolion er mwyn bodoli. Mae iddo ei hunaniaeth ei hun
- Gallu – mwy o bobl yn ymwneud â gwneud penderfyniadau a rheoli'r grŵp, gan gynnig amser, sgiliau a phrofiad iddo. Swyddogaethau a chyfrifoldebau clir yn annog yr aelodau i rannu'r baich a gwneud y grŵp yn un llwyddiannus
- Strwythur – mae cyfansoddiad a chyfres o reolau'n darparu fframwaith ar gyfer gweithredu'r grŵp oddi mewn iddo ac mae ei aelodau'n gwybod beth allant ei ddisgwyl a beth a ddisgwylir ganddynt.
- Potensial datblygu – gyda diogelwch strwythur hirdymor, mae'r grŵp yn gallu cynllunio ar gyfer y dyfodol
- Statws – y gymuned leol, aelodau posibl a chefnogwyr posibl yn cydnabod y grŵp fel un trefnus a chyfrifol. Gall grŵp gyda chyfansoddiad priodol agor cyfrif banc, gwneud cais am grant datblygu a chefnogaeth gan sefydliadau lleol a chenedlaethol a hefyd ymgymryd ag amrywiaeth ehangach o weithgareddau codi arian.

Felly beth mae'n ei gynnwys?

Mae'r manteision hyn i gyd yn esgor ar rai cyfrifoldebau a dylai unrhyw grŵp sy'n ystyried sefydlu grŵp gyda chyfansoddiad ffurfiol ystyried:

- Eu hymrwymiad i ddyfodol hirdymor y grŵp, ei botensial datblygu a'r rhesymau 'busnes' dros gymryd y cam hwn
- Eu parodrwydd i dderbyn swyddogaethau a chyfrifoldebau unigol a'r ymrwymiad amser cynyddol, yn sicr yn y cyfnodau cynnar
- Gallu'r grŵp – i weithredu pethau'n effeithiol am o leiaf dwy flynedd gan ddefnyddio arbenigedd yr aelodau presennol
- Y newidiadau y bydd y strwythur ffurfiol yn ei wneud i 'deimlad' y grŵp presennol a'r ffordd mae'n gweithredu
- Atebolrwydd i'r aelodau – yn cynnwys atebolrwydd ariannol, atebolrwydd rheoli, cadw cofnodion, cyfarfodydd cyffredinol blynyddol, cofnodion, adroddiadau etc
- Y canlyniadau o orfod dwyn y grŵp ffurfiol i ben os na fydd yn llwyddo.

1. Gwneud y penderfyniad yn benderfyniad pawb – cynnal cyfarfod cyffredinol i drafod y manteision a'r anfanteision a sicrhau bod pawb yn deall beth mae'n ei olygu a'r gwahaniaeth fydd hyn yn ei wneud iddynt hwy. Mae'n bwysig cael cefnogaeth mwyafrif helaeth yr aelodau.
2. Fel rhan o'r cyfarfod hwnnw, cytuno ar ddiben ac amcanion clir iawn ar gyfer eich grŵp – beth mae'n fwriadu ei wneud; y gwerthoedd y bydd yn gweithio ar eu rhan – er enghraifft – *Annog holl aelodau'r gymuned leol i fwynhau cerdded er budd iechyd a lles mewn amgylchedd diogel, cyfeillgar waeth beth yw eu hoedran neu eu gallu*
3. Cynllunio a pharatoi – llunio rhestr o bopeth rydych angen ei wneud gydag amserlen realistig a hyblyg ar gyfer pob un. Sefydlu grŵp neu bwyllgor bychan er mwyn gweithio drwy'r broses.
4. Cadw pethau mor syml ag y bo modd a sicrhau cyngor ym mhob cam o'r broses. Dylai strwythur eich cyfansoddiad a'ch pwyllgor fod wedi'i gynllunio o amgylch prif ddiben eich grŵp – mae'n annhebygol eich bod angen unrhyw beth cymhleth iawn. Gwnewch yn siwr bod gan eich pwyllgor ddigon o bobl, ond dim gormod, gyda'r sgiliau a'r cyfrifoldebau priodol, i adlewyrchu gweithgareddau eich grŵp
5. Ymgynghorwch gyda'ch aelodau ar adegau allweddol ar hyd y daith. Peidiwch â'i gadael hi tan y cyfarfod cyffredinol ffurfiol cyntaf i ganfod eu bod yn bryderus am y cyfansoddiad ac nad ydynt yn hoffi strwythur y pwyllgor!
6. Defnyddiwch eich cyngor lleol ar gyfer gweithredu'n wirfoddol, sydd â llawer iawn o brofiad o helpu grwpiau fel eich grŵp chi i fod yn un gyda chyfansoddiad ffurfiol. Efallai y byddant yn gallu eich rhoi mewn cyswllt gyda grŵp lleol sydd wedi mynd drwy'r broses hon yn ddiweddar.

Trefnu a mwynhau teithiau cerdded

Pa gofnodion ddylech chi eu cadw?
Mae'n arfer dda cadw rhai cofnodion am y daith gerdded ac am y cerddwyr. Efallai yr hoffech gadw rhai neu bob un o'r canlynol:

- **Ffurflen gofrestru'r cerddwyr**
  sy'n cofnodi manylion cyswllt y cyfranogwyr newydd. Byddwch yn gallu gweld a yw'r bobl ydych yn eu denu yn dod o'ch grwpiau targed.
- **Holiadur iechyd***
  er mwyn helpu i fesur lefel iechyd y cerddwyr, i weld a ydynt yn addas i ddod ar eich teithiau cerdded.
- **Ffurflen cofnodi damwain***
  er mwyn cofnodi manylion unrhyw ddamweiniau neu ddigwyddiadau tra allan yn cerdded.
- **Ffurflen asesu risg***
  ar gyfer y daith gerdded; dylai'r teithiau cerdded gadw at y llwybrau sydd wedi'u hasesu am risg yn unig.
- **Cofrestr cerdded***
  yn rhestru enwau'r bobl sydd wedi mynychu'r daith gerdded. Bydd hyn o gymorth i enwi'r rhai sy'n mynychu'n rheolaidd a'r rhai sydd wedi methu rhai teithiau cerdded o bosibl ac a fyddai'n gwerthfawrogi galwad ffôn ddilynol

Mae'r ffurflenni sydd wedi'u marcio gyda* yn orfodol yn aml at ddibenion yswiriant (yn dibynnu ar y math o yswiriant). Bydd raid i chi ganfod beth mae'r yswiriwr ei angen.

Cofiwch fod unrhyw wybodaeth bersonol a gedwir gennych am unigolion yn gorfod cael ei thrin yn gyfrinachol ac mae'n rhaid cadw at y Ddeddf Gwarchod Data (1998). Am wybodaeth bellach am hyn, cysylltwch â'ch cyngor lleol ar gyfer gweithredu'n wirfoddol neu ewch i **www.ico.gov.uk.**

Defnyddio arweinwyr cerdded a derbyn cyfrifoldeb am gerddwyr?

Gall arweinwyr cerdded cymwys sicrhau mwy o fwynhad o daith gerdded a sicrhau eu bod yn cael eu cyflwyno'n ddiogel. Maent wedi'u hyfforddi i:

- Cynllunio teithiau cerdded sy'n diwallu anghenion a galluoedd y bobl yn eu grwpiau
- Cyngor ynghylch materion ymarferol fel dillad ac esgidiau addas ar gyfer y daith gerdded
- Cynnal asesiad risg a chydnabod y peryglon posibl ar daith gerdded
- Darparu cyngor a chymhelliant i gerddwyr ar gyfer dechrau cerdded fel gweithgaredd rheolaidd a hirdymor
- Gwneud y daith gerdded yn un hwyliog a sicrhau bod pawb yn adnabod rhywun arall yn y grŵp; cymell y grŵp os oes angen; cadw llygad ar bawb i wneud yn siŵr eu bod yn iawn

Mae arweinwyr cerdded cymwys yn gallu derbyn cyfrifoldeb am eraill, dan rai amodau penodol. Mae hyn yn arbennig o ddefnyddiol ar gyfer pobl sy'n newydd i gerdded ac sydd, am resymau amrywiol, heb fagu digon o hyder i gerdded heb gefnogaeth a chyfarwyddyd. Bydd arweinwyr cerdded cymwys yn gallu cynllunio teithiau cerdded strwythuredig sy'n cynnig y cerdded cyflym sydd ei angen er mwyn i hynny fod o fudd i iechyd y cyfranogwyr.

Pethau i'w hystyried:
- Cadw cofnodion
- Defnyddio arweinwyr cerdded
- Derbyn cyfrifoldeb am gerddwyr
- Arwain teithiau cerdded o wahanol raddau ar gyfer gwahanol lefelau o allu / ffitrwydd

Recriwtio arweinwyr cerdded newydd

Dylai grŵp cerdded a sefydlir o'r newydd edrych ar ddatblygu eu pŵl o arweinwyr cerdded gwirfoddol er mwyn:

- Cynnig mwy o deithiau cerdded
- Osgoi dibynnu ar yr un arweinwyr o wythnos i wythnos
- Cynnig wynebau newydd a phersonoliaethau newydd, i gynnig cymhelliant i gerddwyr

Gwnewch yn siwr eich bod yn recriwtio'r 'math' priodol o bobl i arwain eich teithiau cerdded. Dylent fod:

- yn dda am gymell
- ag amser i'w roi i arwain teithiau cerdded
- yn gerddwyr rheolaidd gyda'r grŵp gan ddeall yn dda beth yw rôl yr arweinydd cerdded

Arwain teithiau cerdded o wahanol raddau

Gwnewch yn siwr bod eich arweinwyr wedi ennill cymwysterau priodol ar gyfer y math o deithiau cerdded a gynigir gennych chi, neu'r math rydych yn bwriadu eu datblygu. Dylech fod â phŵl o arweinwyr sydd wedi'u hyfforddi i wahanol lefelau, gan gynnwys amrywiaeth o weithgareddau cerdded, er enghraifft:

- Teithiau cerdded iach a rhwydd yn y parc neu o amgylch y dref
- Teithiau cerdded anos ar fryniau neu yng nghefn gwlad
- Teithiau cerdded thema - natur, hanes, pobl a lleoedd, glan y dŵr.

Am wybodaeth bellach am ddatblygu eich teithiau cerdded, gweler taflen ffeithiau 4

Am wybodaeth bellach am hyfforddi arweinwyr cerdded, gweler taflen ffeithiau 5.

Am wybodaeth bellach, cysylltwch â:

- Cyngor Chwaraeon Cymru – Rhaglen Rhedeg Chwaraeon – llyfrynnau, adnoddau dysgu o bell a chyrsiau a ddysgir. *www.cyngor-chwaraeon-cymru.org.uk/runningsport*
- Cyngor Gwasanaeth Gwirfoddol Lleol (CVS) a elwir weithiau'n Gyngor Lleol ar gyfer Gweithredu Gwirfoddol (CVA) *Chwilio am gysylltiadau lleol*
- Y Cofrestrydd Gwarchod Data *www.gov.im/odps*

Nodiadau