Rhaglen Esgyniad i Fenywod

Eisiau cymryd y **cam nesaf** yn **eich gyrfa**?

Chwarae Teg®
Agile Nation

ESF
Llywodraeth Cynulliad Cymru
Welsh Assembly Government
Ewrop & Chymru: Buddsoddi yn eich Dyfodol
Cronfa Gymdeithasol Ewrop
Europe & Wales: Investing in your Future
European Social Fund

Cynnwys

	Page
Beth mae hyn i gyd amdano?	3
Ydych chi'n barod am Esgyniad?	4
Y cam cyntaf yn gyntaf	5
Eich hyfforddiant Esgyniad	6
Hyd yn oed mwy o gefnogaeth i chi	7
Gallwch ddibynnu arnom ni	8
Buddion pellach i chi	9
Esgyniad wedi ei wneud gennym ni ar eich cyfer chi	10
Amser i gymryd rhan	11
Gwnes i fe felly gallwch chi hefyd!	12

Mae'r ddogfen hon hefyd ar gael mewn fformatau eraill, gan gynnwys print mawr a Braille.

I wneud cais am gopi rhad ac am ddim ffoniwch 029 2047 8900.

Beth mae hyn i gyd amdano?

Mae'r Rhaglen Esgyniad yn rhaglen gyflawn o hyfforddiant a chefnogaeth sydd wedi ei ddatblygu i'ch helpu i ddysgu sgiliau arwain tîm a rheolaeth allweddol, ennill cymhwyster cydnabyddedig, archwilio eich cyfleoedd ar gyfer datblygu yn y gweithle a magu hyder i gymryd y cam nesaf yn eich gyrfa.

Mae Esgyniad yn cynnig ystod o fuddion personol gan gynnwys:

- Ennill cymhwyster cydnabyddedig gan y Sefydliad Arweinyddiaeth a Rheolaeth (ILM)
- Cefnogaeth, cyngor ac arweiniad 1i1 wedi ei deilwro
- Sesiynau mentora a chyfleoedd rhwydweithio
- Y cyfle i ymgymryd â modiwlau astudio pellach
- Gwahoddiadau i ddigwyddiadau rhad ac am ddim
- Cyfle i ymgeisio am lwfans hyfforddi
- Mynediad i Cenedl Hyblyg 24/7 - adnodd datblygiad gyrfaol ar lein

Gan fod y prosiect yn cael ei gyllido gan Gronfa Gymdeithasol Ewrop a Llywodraeth Cynulliad Cymru mae'r Rhaglen Esgyniad yn rhad ac am ddim.

Ydych chi'n barod am Esgyniad?

Mae'r Rhaglen Esgyniad yn berffaith i fenywod sydd eisiau:

- Cydnabod eu sgiliau a dysgu sut i'w macsimeiddio
- Ennill cymhwyster cydnabyddedig
- Symud o fod yn aelod o dîm i arwain tim
- Gwella eu sgiliau arwain tîm a rheolaeth
- Ennill hyder i gymryd y cam nesaf yn eu gyrfa
- Creu gwell cydbwysedd bywyd a gwaith
- Dysgwch beth sy'n eich rhwystro ac ewch amdani

"Rwy'n falch fy mod wedi gwneud y cwrs oherwydd rhoddodd yr hyder i mi ymgeisio am rôl newydd a gwnaeth i mi deimlo'n gyfforddus ynglŷn ag wynebu heriau newydd o fewn a thu allan i'r gwaith."

Lauren Hayes, o Abercarn

Lauren Hayes

Y cam cyntaf yn gyntaf

Cyn gynted ag y dywedwch wrthym eich bod yn dymuno cymryd rhan yn y rhaglen Esgyniad, fe wiriwn eich cymhwysedd ar gyfer y rhaglen.
(Ceir manylion am hyn ar dudalen 11)

Yna fe drefnwn gyfarfod rhyngoch chi ag aelod o'n tîm, mae hyn yn digwydd mewn lle ymlaciedig a phreifat lle byddwn yn:

- Esbonio i chi bob agwedd o'r Rhaglen Esgyniad a beth y gallwch ddisgwyl gennym
- Sicrhau fod y rhaglen Esgyniad yn addas i chi
- Wirio eich bod yn deall beth sy'n ddisgwyliedig ohonoch er mwyn cwblhau'r rhaglen hyfforddiant yn llwyddiannus
- Dysgu beth yr ydych yn gobeithio ei gyflawni yn eich gyrfa a sut y gallwn ni helpu i'ch cefnogi
- Rhoi'r cyfle i chi ofyn unrhyw gwestiwn ynglŷn ag Esgyniad
- Sicrhau eich bod yn hollol hapus, gyfforddus a barod i ymuno

Byddwch yn derbyn copi o bob dim sydd wedi ei gytuno yn y cyfarfod ac mae eich holl wybodaeth bersonol yn cael ei chadw'n gyfrinachol.

Eich Hyfforddiant Esgyniad

Bydd cymryd rhan yn yr hyfforddiant Esgyniad yn eich helpu i ddysgu technegau arwain tîm a rheolaeth hanfodol, a'ch dangos sut i'w defnyddio yn eich gweithle. Mae pob un o'n tiwtoriaid wedi eu hyfforddi'n llawn ac yn hollol brofiadol er mwyn eich helpu i gyflawni eich cymhwyster a'ch helpu i ddysgu mewn amgylchedd cefnogol.

Beth sy'n cael ei gynnwys yn yr hyfforddiant?

Mae'r ddwy raglen hyfforddi yn cynnwys sesiynau ar gydnabod a defnyddio eich sgiliau, gosod nodau gyrfaol, creu gwell cydbwysedd bywyd a gwaith a deall ffyrdd newydd o weithio i gyrraedd gofynion yr unfed ganrif ar hugain.

Yn ogystal byddwch yn astudio'r unedau ILM canlynol:

Lefel 2 –
Arwain Tîm

Datblygu eich hun fel Arweinydd Tîm

Cyfathrebu yn y Gweithle

Rheoli eich hun

Lefel 3 –
Rheolaeth Llinell Gyntaf

Datrys Problemau & Gwneud Penderfyniadau

Rheoli Gwrthdaro

Datblygu eich hun & Eraill

Rhoi Briffiau & Gwneud Cyflwyniadau

Bydd yn ddisgwyliedig i chi gwblhau tri aseiniad byr wedi eu lleoli yn y gwaith er mwyn cyflawni eich cymhwyster. Mae pob agwedd o'r hyfforddiant yn cael eu esbonio'n glir i chi o'r dechrau ac mae ein tîm wrth law bob amser i ateb eich cwestiynau er mwyn eich helpu i gwblhau'r rhaglen yn llwyddiannus.

Hyd yn oed mwy o gefnogaeth i chi

Gydag Esgyniad nid ydych yn cofrestri ar gwrs hyfforddi yn unig, rydych hefyd yn cael mynediad i ystod o gefnogaeth ychwanegol rhad ac am ddim wedi eu hanelu i roi'r cyfle gorau i chi gymryd y cam nesaf ymlaen gyda'ch gyrfa.

Mae'r gefnogaeth ar gael yn cynnwys:

- Cefnogaeth, cyngor & arweiniad 1i1 wedi ei deilwro i annog eich datblygiad personol a magu eich hyder
- Cefnogaeth barhaus i'ch helpu i barhau gyda'ch taith ddysgu a datblygu eich sgiliau, gan gynnwys cyfeirio at ffynonellau eraill o gefnogaeth
- Sesiynau mentora a chyfleoedd rhwydweithio
- 2 weithdy opsiynol i ddatblygu eich sgiliau ymhellach
- Cenedl Hyblyg 24/7 - bas adnodd ar lein cynhwysfawr yn llawn o wybodaeth ddefnyddiol i'ch cefnogi yn eich datblygiad parhaus
- Gwahoddiadau i ddigwyddiadau ar gyfer cyfranogwyr Cenedl Hyblyg yn unig gyda chyflwyniadau testunol a siaradwyr ysbrydoledig
- Y cyfle potensial o ymgeisio am lwfans i gefnogi unrhyw hyfforddiant pellach i ddatblygu eich gyrfa

Gallwch ddibynnu arnom ni

Wrth wraidd y Rhaglen Esgyniad mae tîm ymroddedig sydd wrth law i'ch darparu gyda chymysgedd o:

- Gefnogaeth
- Arweiniad
- Cyngor

O brofiad rydym yn deall nad oes gan unrhyw ddau berson yr un anghenion neu ddyheadau yn union. Dyna pam wrth i chi gymryd rhan yn Esgyniad byddwch yn gallu bod yn hyderus y byddwn yn gweithio gyda chi i'ch helpu i gael y mwyaf o'r rhaglen a defnyddio beth sy'n gweithio i chi mewn modd yr ydych ei angen.

"Rwy'n gwybod gallaf barhau i wella gyda'r gefnogaeth y mae fy Swyddog Prosiect yn ei roi i mi."

Liz Morgans, Sir Gaerfyrddin

Liz Morgans

Dathlu Llwyddiant!

Buddion pellach ar eich cyfer

Mae cymryd rhan yn y Rhaglen Esgyniad yn dod â mwy o fuddion wedi eu cynllunio i'ch helpu chi a'ch gyrfa ymhellach. Mae'r rhain yn cynnwys:

- Aelodaeth o Chwarae Teg rhad ac am ddim am flwyddyn - y ffordd berffaith o ddangos eich cefnogaeth i'r gwaith yr ydym yn ei wneud wrth sicrhau chwarae teg i fenywod yng Nghymru
- Aelodaeth arbrofol 6 mis am ddim o'r Sefydliad Arweinyddiaeth a Rheolaeth ar lein, yn eich galluogi i gael mynediad i gefnogaeth, gwybodaeth ac adnoddau sydd wedi eu ffocysu ar gyfer eich anghenion fel dysgwr

Hayley Dunne

Esgyniad wedi ei wneud gennym ni ar eich cyfer chi

Fel rhan o'r prosiect Cenedl Hyblyg, mae'r Rhaglen Esgyniad wedi cael ei datblygu gan Chwarae Teg i gynnig cyfle gwirioneddol i fenywod gymryd y cam holl bwysig cyntaf tuag at ddod yn arweinydd tîm.

Mae Chwarae Teg wedi bod yn gweithio gyda menywod ar draws Cymru ers bron i 20 mlynedd. Rydym wedi gallu defnyddio'r wybodaeth yr ydym wedi ei gasglu i greu rhaglen sy'n cynnig llawer mwy na dim ond cwrs hyfforddi.

Yn hytrach mae Esgyniad yn darparu ystod gynhwysfawr o hyfforddiant a chefnogaeth wedi ei gynllunio i ateb eich anghenion unigol a chynnig y gefnogaeth sydd ei hangen arnoch, pryd yr ydych ei angen. Rwy'n falch ein bod yn gallu cynnig rhaglen ddilys i'ch helpu i gyflawni'r cynnydd yn eich gyrfa yr ydych yn ei haeddu.

Os oes gennych unrhyw gwestiynau ynglŷn ag Esgyniad yna ffoniwch y swyddfa agosaf atoch neu ymwelwch â'n gwefan – **www.agilenation.co.uk**

Edrychwn ymlaen at glywed gennych.

Hayley Dunne
Rheolydd Prosiect
Chwarae Teg / Cenedl Hyblyg

Amser i gymryd rhan

Mae'r Rhaglen Esgyniad ar gael i fenywod sy'n byw yn y siroedd sy'n cael eu dangos isod, er mwyn gwirio eich cymhwysedd, cofrestri neu os oes gennych unrhyw gwestiwn ffoniwch y swyddfa yn eich ardal chi.

Gogledd Cymru
Cynnwys Ynys Môn, Conwy, Sir Ddinbych, Gwynedd
Ffoniwch 01492 514237
E-bost agilenation**nw**@chwaraeteg.com

De Orllewin Cymru
Cynnwys Sir Gaerfyrddin, Ceredigion, Sir Benfro, Abertawe, Castell Nedd a Phort Talbot
Ffoniwch 01554 770612
E-bost agilenation**sww**@chwaraeteg.com

De Ddwyrain Cymru
Cynnwys Blaenau Gwent, Pen-y-bont ar Ogwr, Caerffili, Merthyr Tudful, Rhondda Cynon Taf, Torfaen
Ffoniwch 01443 824410
E-bost agilenation**sew**@chwaraeteg.com

"Helpodd y rhaglen Esgyniad fi i ddeall y dulliau gwahanol o gyfathrebu yn y gweithle a sut i ddefnyddio amcanion smart i reoli fy amser yn effeithiol."

"Diolch i'r rhaglen Esgyniad Cenedl Hyblyg rwyf wedi magu hyder ac yn teimlo y gallaf nawr gyflawni fy nodau. Edrychaf ymlaen at heriau newydd."

Donna Davies

Donna Davies

Gwnes i fe felly gallwch chi hefyd!

Cafodd Donna o Gwmdâr, ei dyrchafu i fod yn arweinydd cylch chwarae mewn ysgol feithrin lle mae'n gweithio ar ôl cwblhau'r rhaglen hyfforddi Esgyniad yn llwyddiannus.

I ddarllen rhagor am Storiâu Llwyddiant Cenedl Hyblyg ewch i **www. agilenation.co.uk**