# Defnyddio gwaith gwirfoddol i gamu ymlaen yn y farchnad swyddi

Taflen waith 2

## Ystyriaethau ymarferol

Mae angen asesiad realistig arnoch o unrhyw bryderon ymarferol a allai effeithio ar eich dewis. Mae'r siartiau isod yn cynnwys awgrymiadau i'ch helpu. Fel arfer, mae gan sefydliadau gwirfoddol mwy o siartiau eu hunain i gadarnhau argaeledd amser ac ati, ond bydd sefydliadau llai yn gofyn y cwestiynau hyn yn ystod y cyfweliad.

Unwaith eto, fel arfer, bydd ateb i unrhyw broblem bosibl ac fe'u hawgrymir yn y siart. Efallai y bydd eich dewis yn fwy cyfyngedig ond bydd digon o weithgareddau i ddewis o'u plith o hyd.

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **Argaeledd o ran amser** | Faint? | Pryd? (e.e. gyda'r nos yn unig) | Ymrwymiad rheolaidd? | **Problemau?** Rhowch gynnig ar brosiectau untro, neu gyfnodau preswyl yn ystod y gwyliau. Hefyd, gwaith yn y cartref fel gwaith ymchwil neu waith ysgrifennu ar-lein |
| **Lleoliad** | Ble y gallwch deithio? | A fyddech yn barod i deithio allan o'r sir ar gyfer prosiect untro? | Allwch chi dreulio amser oddi cartref? | **Problemau?** Os oes angen i chi weithio o'ch cartref, mae llawer o weithgareddau gwirfoddoli rhithwir - gweler Adran 8 o'r uned |
| **Symudedd / trafnidiaeth** | Gyrrwr car, yn barod i ddefnyddio eich car eich hun ar gyfer gweithgareddau | Yn gallu gyrru i leoliad | Yn dibynnu ar drafnidiaeth gyhoeddus | **Problemau?** Gweler uchod os ydych yn gaeth i'ch cartref neu rhowch gynnig ar gynlluniau a gynhelir gan bobl ag anableddau – gweler www.do-it.org.uk/wanttovolunteer/aboutvolunteering/disabilities |

Addaswyd o: Cyf_1: Using voluntary work to get ahead in the job marke
Hawlfraint wreiddiol (h) Y Brifysgol Agored 2010
Atgynhyrchwyd ar gyfer OpenLearn 2010 www.open.ac.uk/openlearn

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **Hyfforddi / astudio** | Yn barod i ymgymryd â gwaith darllen ac ymchwil estynedig e.e. Samariaid, Cyngor ar Bopeth? | Ddim am astudio gormod, ond yn fodlon gwneud rhywfaint a chyfnod sefydlu trylwyr | 'Jyst eisiau cyrraedd a gwneud fy rhan' | **Problemau?** Ni ddylai fod unrhyw broblemau, ar yr amod na fyddwch yn gorymrwymo. Mae amrywiaeth enfawr o weithgareddau yn addas ar gyfer pob lefel o ymrwymiad, er bod sgiliau a feithriniwyd fel rhan o hyfforddiant neu astudio lefel uchel yn amlwg yn gwneud argraff ar gyflogwyr |


Hawlfraint wreiddiol (h) Y Brifysgol Agored 2010
Atgynhyrchwyd ar gyfer OpenLearn 2010 www.open.ac.uk/openlearn