



# cysylltu | connect

## Disgrifiad o Rôl y Cysylltydd Myfyrwyr (Unigol)

<b>Sefydliad/adran</b>	CYSYLLTU a Discovery
<b>Teitl y Rôl</b>	<b>Cysylltydd Myfyrwyr (Unigol)</b>
<b>Yn adrodd wrth</b>	Gydlynnydd Prosiect Myfyrwyr CYSYLLTU – Unigol
<b>Diwrnodau ac amserau gofynnol</b>	Hyblyg ac yn ôl yr angen. Cynhelir y rhan fwyaf o weithgareddau ar amser o'ch dewis ac nid ydym yn disgwyl i chi wirfoddoli ar yr un amser bob wythnos. Rhaid i wirfoddolwyr hefyd fynd i ddau weithdy sefydlu tair awr o hyd cyn dechrau'r rôl.
<b>Ymrwymiad Amser</b>	O leiaf ddau dymor
<b>Manyleb Person</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Yn wresog, yn gyfeillgar ac yn awyddus i gyfathrebu â myfyrwyr eraill</li><li>2. Yn gallu adnabod myfyrwyr a all deimlo'n ynysig neu'n unig a gwneud cysylltiadau â nhw</li><li>3. Yn barod i gyfarch myfyrwyr eraill a dechrau sgysiau â nhw</li><li>4. Dealltwriaeth sylfaenol o les (rhoddir hyfforddiant llawn)</li><li>5. Yn barod i hyrwyddo gweithdai, digwyddiadau, cymdeithasau, gweithgareddau gwirfoddoli a chyfleoedd eraill yn y Brifysgol a'r gymuned</li><li>6. Yn gallu cofnodi gwybodaeth sylfaenol am dasgau a gyflawnir</li><li>7. Yn cydnabod ffiniau personol, ffiniau'r prosiect a phryd dylid ceisio cymorth ychwanegol</li><li>8. Yn flaengar ac yn gallu gweithio'n annibynnol</li></ol>
<b>Diben y rôl</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Lleihau nifer y myfyrwyr sy'n ynysig a hybu lles ac iechyd meddwl cadarnhaol ar y campws</li><li>• Hyrwyddo ymddygiad cadarnhaol a dewisiadau sy'n cefnogi iechyd meddwl da ymhlith cymuned y myfyrwyr</li><li>• Helpu myfyrwyr i gael mynediad at wasanaethau cymorth y Brifysgol a'r gymuned a gweithgareddau cymdeithasol</li></ul>

<p><b>Gallai'r prif dasgau gynnwys</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mynd gyda myfyrwyr i gymdeithasau a digwyddiadau*.</li> <li>2. Defnyddio eich rhwydweithiau eich hun a'r cyfryngau cymdeithasol i rannu negeseuon cadarnhaol, ymgyrchoedd a gwybodaeth am ddigwyddiadau ar y campws.</li> <li>3. Cyfarch myfyrwyr a all fod yn ynysig neu'n unig a'u gwahodd i fynd i ddigwyddiadau* neu i gael gafael ar gymorth.</li> <li>4. Annog grwpiau anffurfiol megis pobl sy'n byw yn yr un fflat neu sy'n dilyn yr un cwrs i fynd i ddigwyddiadau* a chefnogi ei gilydd.</li> <li>5. Cymryd camau cadarnhaol bach megis canmol myfyriwr arall, a gofyn iddo sut mae'n teimlo.</li> <li>6. Cyfeirio myfyrwyr i weithgareddau eraill neu wasanaethau cymorth yn ôl yr angen.</li> <li>7. Cysylltu a gweithio gydag aelodau staff sy'n gysylltwyr, yn ôl yr angen.</li> <li>8. Defnyddio gwefan CYSYLLTU i gysylltu â myfyrwyr, rhannu gwybodaeth ac adnoddau a chefnogi gwirfoddolwyr eraill.</li> <li>9. Mynd i sesiynau goruchwylio grŵp rheolaidd i fyfyrion ar eich rôl.</li> <li>10. Cyflwyno adroddiadau gweithgarwch rheolaidd drwy wefan CYSYLLTU.</li> <li>11. Darganfod pa gymorth lles ychwanegol y byddai myfyrwyr yn ei groesawu.</li> <li>12. Helpu tîm CYSYLLTU mewn digwyddiadau, er enghraifft, sesiynau sefydlu, diwrnodau agored, ffeiriau glasfyfyrwyr a dyfodiad myfyrwyr</li> </ol> <p>* Bydd y digwyddiadau'n cynnwys sesiynau lles ar gyfer grwpiau, clybiau a chymdeithasau, gwirfoddoli a sesiynau lleihau straen</p>
<p><b>Hyfforddiant/cymorth</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gweithdy 'Look After Your Mate' yr elusen Student Minds</li> <li>• Gweithdy sefydlu Cysylltwyr</li> <li>• Cymorth parhaus gan y Cydlynnydd Prosiect Myfyrwyr a Chydlynnydd Prosiect CYSYLLTU</li> <li>• Ad-dalu costau</li> <li>• Cyfleoedd i gael hyfforddiant ychwanegol a mynd i sesiynau gwella sgiliau</li> </ul>
<p><b>Buddion</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Profiad o weithio ym maes lles ac iechyd meddwl myfyrwyr</li> <li>• Cyfle i fagu sgiliau cyfathrebu</li> <li>• Cynyddu hyder wrth gefnogi pobl eraill</li> <li>• Gweithio mewn tîm o wirfoddolwyr brwdfrydig</li> </ul>

