WEDI'I BWERU GAN GYMUNEDAU YNG NGHYMRU

Credydau Amser Tempo Cymru

Adroddiad Effaith 2025

Cymuned, cysylltiad a pherthyn

Wedi'i Bweri Gan Bobl: Adeiladu Cymunedau Cryfach, Cysylltiedig Ar Draws Cymru

Mae Credydau Amser Tempo yn hynod falch o'i darddiad yng Nghymru. Wedi'i sefydlu yn **2008** yng Nghymoedd Cymru, dechreuodd Tempo fel sefydliad datblygu cymunedol gyda syniad syml ond pwerus: cydnabod a gwobrwyo'r amser y mae pobl yn ei roi i gryfhau eu cymunedau. O'r dechrau'n deg, mae Credydau Amser wedi cael eu defnyddio nid yn unig i gydnabod cyfraniad, ond i ddod â'r asedau sydd eisoes yn bodoli o fewn cymunedau, sgiliau pobl, profiad bywyd, sefydliadau lleol, busnesau, a mannau a rennir ynghyd.

Mae Credydau Amser yn offeryn ymarferol ar gyfer adeiladu cymunedau **cryfach**, mwy **cysylltiedig** a gwasanaethau a gynhyrchir ar y cyd, lle mae pobl yn gyfranogwyr gweithredol a chyfartal yn hytrach na derbynwyr goddefol. Drwy werthfawrogi amser pawb yn gyfartal, mae Tempo yn cefnogi cymunedau i gydnabod eu cryfderau eu hunain, cysylltu ar draws gwahaniaethau, a defnyddio asedau lleol mewn ffyrdd sy'n meithrin hyder, perthyn a pherchnogaeth ar y cyd. Wrth wraidd ein dull mae cred ym mhŵer pobl i greu newid cadarnhaol iddyn nhw eu hunain ac eraill.

Dros y chwe blynedd diwethaf, gyda chefnogaeth buddsoddiad Llywodraeth Cymru, mae Tempo wedi adeiladu ar y sylfeini cryf hyn i ddod yn bartner cyflawni cenedlaethol cydnabyddedig a dibynadwy ledled Cymru. Mae'r cyfnod hwn wedi'i nodi gan bwysau sylweddol ar draws y sectorau gwirfoddol, cymunedol a chyhoeddus, ochr yn ochr â galw cynyddol am wasanaethau ac adnoddau cyfyngedig. Er gwaethaf yr heriau hyn, mae Tempo wedi parhau i arloesi, cryfhau partneriaethau a gwreiddio Credydau Amser fel galluogwr profedig o wirfoddoli, cyfranogiad a llesiant.

> *Mae Credydau Amser yn fy nghael allan o'r tŷ. Mae cwrdd ag eraill, gwneud gwahaniaeth, a chael trefn arferol yn fy nghadw'n egnïol; yn gorfforol, yn feddyliol.*

> *Mae Credydau Amser yn fy ngalluogi i wneud pethau mwy cyffrous gyda fy wyrion.*

> *Pan ddechreuais wirfoddoli roedd fy llesiant cyffredinol a fy hunan-barch yn isel. Gwellodd credydau amser fy hunan-werth. Roeddwn i'n teimlo fy mod i'n cael fy ngwerthfawrogi. Gallwn rannu hyn ag eraill trwy roi.*

> *Rwy'n edrych ymlaen at gwrdd â'r gwirfoddolwyr eraill, cynllunio beth sydd angen ei wneud, cael paned a rhoi trefn ar y byd.*

Credydau Amser a Enillwyd
294,130

Credydau Amser A Roddwyd
9,816

Gwirfoddolwyr
10,794

Partneriaid Busnes
224

Yn ymweld, a gweld pobl yn amlach
60%

64%
Yn teimlo'n llai ynysig ac unig

67%
Wedi dysgu sgiliau newydd

74%
Yn teimlo'n fwy abl i gyfrannu at y gymuned

62%
Yn teimlo'n iachach yn gyffredinol

36%
Yn dweud eu bod yn gallu fforddio gwneud rhagor

64%
Yn dweud bod eu hiechyd meddwl wedi gwella

PWERWYD GAN GYMUNEDAU

Credydau Amser Tempo

Rhaglen Llywodraeth Cymru 2025

60%
Yn teimlo'n fwy **hyderus**

62%
Yn dweud bod defnyddio Credydau Amser wedi gwella ansawdd eu bywyd

Gwirfoddoli, Cynhwysiant a Chyfranogiad

Mae Tempo yn chwarae rhan hanfodol wrth gryfhau seilwaith gwirfoddolwyr Cymru, ac yn cefnogi sefydliadau i recriwtio, cadw a chydnabod gwirfoddolwyr, wrth ehangu cyfranogiad i'r rhai sy'n newydd i wirfoddoli neu sy'n wynebu rhwystrau. Lansiwyd strategaeth gennym sy'n canolbwyntio ar ddyfnhau effaith, cryfhau datblygiad cymunedol, a sicrhau cynaliadwyedd hirdymor. Gan weithio ochr yn ochr â chymunedau, rydym yn helpu rhagor o bobl i gydnabod eu sgiliau a chyfrannu'n lleol, a fydd yn cefnogi'n uniongyrchol i gyflawni'r Weledigaeth ar gyfer Gwirfoddoli yng Nghymru ac yn helpu i adeiladu tirwedd wirfoddoli fwy cynhwysol a hygyrch.

Ers lansio ein platfform digidol yn 2020, rydym wedi darparu fframwaith Credydau Amser cenedlaethol cyson, diogel a chynaliadwy, gan alluogi sefydliadau i dyfu ac amrywio eu sylfaen o wirfoddolwyr. Mae ein partneriaethau'n dangos sut mae Credydau Amser yn ehangu mynediad at gyfleoedd diwylliannol, treftadaeth ac amgylcheddol sy'n gwella llesiant. Trwy lwybrau cynhwysol i wirfoddoli, gan gynnwys cysylltiadau â phennu cymdeithasol ar gyfer plant a phobl ifanc, rydym yn helpu sefydliadau i ymgysylltu â phobl nad ydynt efallai erioed wedi gwirfoddoli o'r blaen, gan gryfhau hyder, cysylltiad a pherthyn i'r gymuned. Mae Credydau Amser bellach yn alluogwr profedig o wirfoddoli yng Nghymru: mae'n meithrin gallu, yn hyrwyddo'r weledigaeth genedlaethol, ac yn sicrhau bod cyfranogiad yn cael ei werthfawrogi, yn gynhwysol ac yn hygyrch i bawb.

912
O sefydliadau Cymunedol yn ein Rhwydwaith Cymru

62%
Yn teimlo'n fwy cadarnhaol am eu dyfodol

17,834
O oriau a roddwyd yn ôl i'r gymuned yn 2025!

37%
Yn hoffi defnyddio Credydau Amser i fynd allan mwy

44%
Yn hoffi defnyddio Credydau Amser gan eu bod yn caniatáu iddyn nhw roi pleser i'w ffrindiau a'u teulu

£4,411,950
Mewn gwerth cymdeithasol a gynhyrchwyd

Cymuned yn *datblygu*

Mae'r hyn a ddechreuodd fel cenhadaeth un dyn wedi tyfu i fod yn fudiad cymunedol. Mae Mike yn breswylydd lleol yn Aberaman ac yn gyn-filwr milwrol y mae ei wydnwch wedi dod yn galon mudiad llawr gwlad. Mae'n cael ei yrru gan ymdeimlad dwfn o falchder yn ei gymuned ac mae'n gwrthod gadael i'w gymdogaeth ddirywio.

O Rhwystredigaeth i Weithredu

“Pan nad oedd fy rhieni yn teimlo'n ddiogel yn mynd allan o'r car oherwydd yr holl dipio anghyfreithlon a'r difrod, roeddwn i'n gwybod bod rhaid i rywbeth newid”

Dechreuodd Mike gyda balchder, a chasglu sbwriel yn ddyddiol a chludodd lwythi dirifedi i'r ganolfan ailgylchu ei hun.

Adeiladu Mudiad

Daeth angerdd unigol Mike yn heintus yn fuan. Wrth iddo weithio, dechreuodd y gymuned ddilyn ei esiampl, gan droi glanhau un dyn yn ymdrech ar y cyd i adennill eu mannau cyffredin. Mae ystâd Oakland yn Aberaman bellach yn amlwg yn lanach ac yn fwy bywiog, mae siediau wedi'u llosgi wedi'u hail-baentio, mae'r coed yn cael eu cynnal a'u cadw'n rheolaidd, ac mae ysgolion lleol yn dysgu disgyblion am fywyd gwyllt a gofalu am goetiroedd.

“Mae Credydau Amser yn helpu i gydnabod a gwobrwyo'r ymdrechion hynny a dyna sy'n cadw'r **momentwm** i fynd”.

Tanio'r newid gyda Chredydau Amser Tempo

Er mwyn cynnal yr angerdd hwn a'i droi'n fudiad parhaol, partnerodd y prosiect â **Thîm Cymunedol Trivallis, Credydau Amser Tempo,** a **Chronfa Gymunedol Fferm Wynt Pen y Cymoedd.** Mae'r cydweithrediad hwn yn sicrhau bod gwaith caled gwirfoddolwyr yn cael ei gydnabod a'i wobrwyo.

Mae gwirfoddolwyr lleol yn ennill Credydau Amser Tempo am bob gweithgarwch, gan gynnwys glanhau, peintio ac ymgysylltu â'r gymuned. Mae'r prosiect hefyd wedi llwyddo i bontio bylchau rhwng cenedlaethau. Meddai Mike, *“Mae'n wych gweld plant o'r ysgol leol yn cefnogi ein prosiect”.*

Rhoddodd gefndir milwrol Mike y gwydnwch iddo barhau, hyd yn oed pan oedd yn wynebu amheuaeth gychwynnol. Nawr, mae ei ymdrechion wedi ysbrydoli ardaloedd cyfagos i gymryd camau tebyg. *“Rydym yn gweld rhagor o bobl yn ymfalchïo yn lle maen nhw'n byw”* dywedodd.

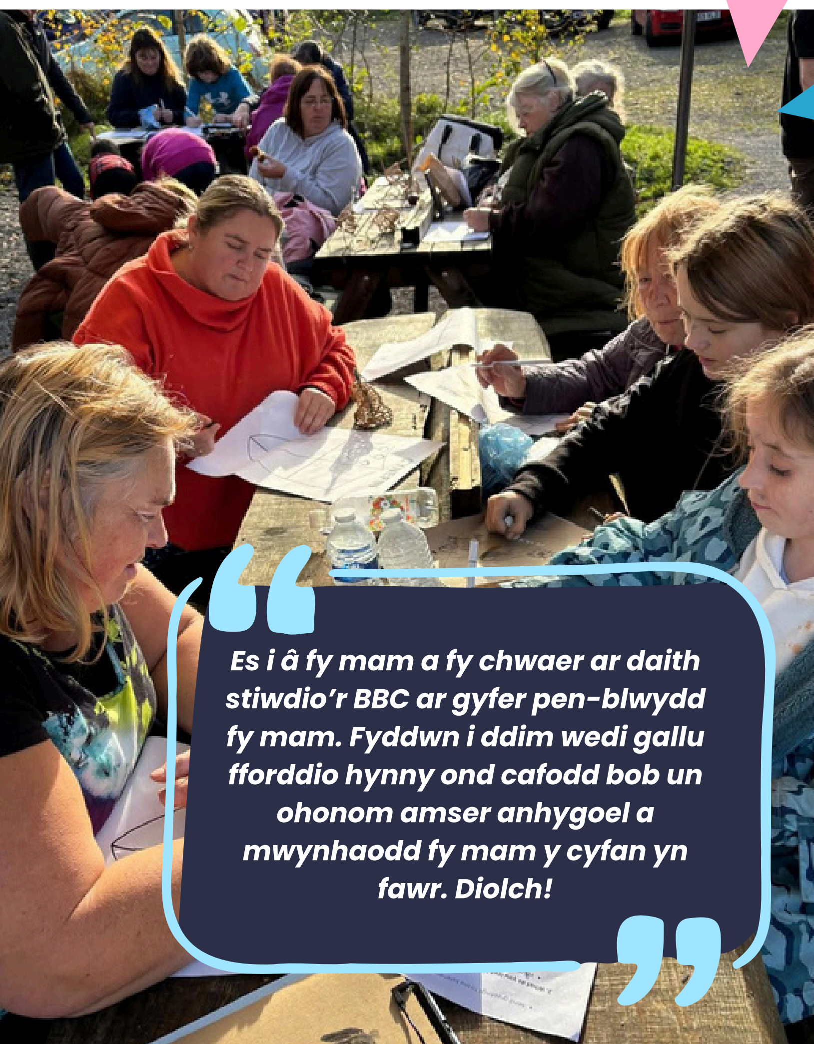
Mae stori Mike yn dangos bod gan bobl y pŵer eisoes i greu newid ynddynt eu hunain. Weithiau dim ond eiliad o rwystredigaeth sydd ei angen, rheswm i ofalu'n ddwfn, a'r lle i weithredu. Gyda Chredydau Amser yn helpu i gydnabod ymdrech a chynnal momentwm, mae gweithredoedd bach wedi tyfu i fod yn fudiad sy'n parhau i adael effaith ymhell y tu hwnt i un ystâd.

Fforddiadwyedd a Mynediad

> "Mae Credydau Amser yn gyfle i roi cynnig ar bethau newydd heb boeni am y gost"

Gall cymryd rhan mewn gweithgareddau fod yn ddrud, ac mae'r costau hynny'n aml yn llunio'r hyn y mae pobl yn teimlo y gallant ddweud ie iddo. Mae Credydau Amser yn helpu i leddfu'r pwysau hwnnw, a'i gwneud hi'n bosibl mwynhau profiadau a allai deimlo allan o gyrraedd fel arall.

Drwy gyfleoedd cymdeithasol, diwylliannol a llesiant a gynigir gan Bartneriaid Cydnabyddiaeth, mae Credydau Amser yn lleihau rhwystrau ariannol ac yn ehangu mynediad at gyfranogiad. Maent hefyd yn rhoi rhywbeth cadarnhaol i bobl gynllunio ar ei gyfer, taith deuluol, gweithgarwch ar y cyd, neu amser wedi'i neilltuo ar eu cyfer eu hunain, a all wneud gwahaniaeth gwirioneddol, yn enwedig pan fo cyllidebau'n dynn.



> *Es i â fy mam a fy chwaer ar daith stiwdio'r BBC ar gyfer pen-blwydd fy mam. Fyddwn i ddim wedi gallu fforddio hynny ond cafodd bob un ohonom amser anhygoel a mwynhaodd fy mam y cyfan yn fawr. Diolch!*

34%

Yn dweud eu bod yn gallu fforddio gwneud rhagor

37%

Yn hoffi defnyddio Credydau Amser i fynd allan mwy

Mae pobl yn dweud wrthym eu bod yn mentro gyda Chredydau Amser mewn ffyrdd na fyddent yn eu gwneud gydag arian. Gan fod y gost eisoes wedi'i thalu, maent yn teimlo'n fwy abl i roi cynnig ar bethau newydd, archwilio profiadau newydd, a dewis cyfleoedd y gallent eu colli fel arall. Mae'r ymdeimlad hwn o ryddid yn lleihau pryderon ynghylch gwario ac yn ei gwneud hi'n haws i bobl gamu y tu allan i'w parthau cysur. Mae llawer yn dweud eu bod yn agor drysau i weithgareddau na fyddent byth yn meddwl y gallent eu gwneud, ac yn helpu i feithrin hyder a mwynhad.

Trwy leihau rhwystrau ariannol a chynyddu hyder a dewis, mae Credydau Amser yn ehangu mynediad, yn cefnogi llesiant, yn cryfhau cysylltiadau cymdeithasol, ac yn helpu pobl i deimlo'n fwy cynhwysol ym mywyd y gymuned.

44%

Yn hoffi defnyddio Credydau Amser gan eu bod yn caniatáu iddyn nhw roi pleser i'w ffrindiau a'u teulu

Iechyd a Llesiant

"Mae Credydau Amser yn fy nghael allan o'r tŷ. Mae cwrdd ag eraill, gwneud gwahaniaeth a chael trefn arferol yn fy helpu i gadw'n egnïol yn gorfforol ac yn feddyliol."

Strategaeth Newydd

64%

Yn dweud bod eu hiechyd meddwl wedi gwella

62%

Yn teimlo'n iachach yn gyffredinol

60%

Yn teimlo'n fwy hyderus

Blwyddyn i mewn i'n strategaeth newydd, a lansiwyd yn 2024, ac mae Tempo yn parhau i ddyfnhau ei effaith drwy gryfhau datblygiad cymunedol a chanolbwyntio ar gynaliadwyedd hirdymor. Mae'r dull hwn yn adlewyrchu ein hymrwymiad i weithio ochr yn ochr â chymunedau fel y gall rhagor o bobl gydnabod eu cryfderau, cyfrannu'n ystyrlon a defnyddio Credydau Amser fel offeryn ar gyfer ymgysylltu, cydnabyddiaeth ac ymyrraeth gynnar.

Mae Credydau Amser Tempo yn cefnogi uchelgeisiau Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) yn weithredol drwy wireddu'r Pum Ffordd o Weithio yn ymarferol, yn enwedig atal. Mae tystiolaeth o bob rhan o'n rhwydwaith yn dangos bod pobl sy'n ymwneud â Chredydau Amser yn nodi gwell iechyd corfforol a meddyliol, cysylltiadau cymdeithasol cryfach a llai o unigrwydd. Mae'r canlyniadau hyn yn gwella llesiant unigol wrth helpu i leihau'r pwysau ar wasanaethau cyhoeddus ac adeiladu cymunedau cydnerth a chysylltiedig.

Flwyddyn yn ddiweddarach, mae ein strategaeth eisoes yn dangos sut y gall cydnabod cyfraniadau pobl gryfhau llesiant, grymuso cymunedau a chreu effaith ataliol barhaol ledled Cymru.

Lle mae Credydau Amser yn Agor Drysau i Gryfder, Hyder a Chymuned

Campfa a redir gan deulu yw **Hangar Human Performance Centre** ar Heol Penarth, Caerdydd a sefydlwyd gan **Faith Attwell** preswylydd lleol a menyw fusnes. Agorodd yr Hangar fis Mehefin 2017 gyda gweledigaeth glir: dod â hyfforddiant cryfder, cyflyru a chwaraeon ymladd, gan gynnwys Celfyddydau Ymladd Cymysg, at ei gilydd o dan un to**.**

"Rydym yn gampfa a chanolfan chwaraeon ymladd, gydag amrywiaeth o weithgareddau i hyrwyddo iechyd, hyder, llesiant a sgiliau. Mae'r ganolfan yn cynnig cyfleoedd hyfforddi a gwirfoddoli ac mae ganddi lawer o ffyrdd i helpu'r gymuned leol."

Fel Partner Cydnabyddiaeth Tempo, mae Hangar HPC yn galluogi pobl sy'n ennill Credydau Amser trwy wirfoddoli i'w cyfnewid am fynediad i'r gampfa a dosbarthiadau MMA. Mae'r bartneriaeth hon yn dileu rhwystrau ariannol, gan wneud ffitrwydd a chwaraeon ymladd o ansawdd uchel yn hygyrch i bobl a allai fel arall gael eu heithrio. Mae'n cydnabod a gwobrwyo'r amser maen nhw'n ei roi i'w cymuned.

Rhoi o'ch Amser, Ennill Hyder a Pherthyn

Ochr yn ochr â'r gampfa, mae Faith hefyd wedi sefydlu **Hangar Food Pantry**, yn gweithredu ar fodel aelodaeth o *Dalu'r Hyn y Gallwch Ei Fforddio* i bobl sy'n ei chael hi'n anodd dod â dau ben llinyn ynghyd. Mae'r Pantri yn darparu bocsys o fwyd cymysg wedi'i oeri, wedi'i rewi, tymheredd amgylchynol a ffres yn dibynnu ar argaeledd, ac yn cefnogi amrywiol anghenion dietegol a diwylliannol. Mae hefyd yn rhoi pecynnau bwyd am ddim i'r unigolion sydd eu hangen fwyaf.

Wedi'i bweru gan Bobl, wedi'i gydnabod gan Gredydau Amser

“Nid oedd fy iechyd meddwl yn dda iawn yn ystod Covid. Roeddwn i’n amddiffyn fy hun. Datblygais atal dweud, ac es i ddim allan o’r tŷ am flwyddyn. Roeddwn i wedi fy nychryn ac ymddeolais o’r gwasanaeth gwaed oherwydd fy afiechyd. Gofynnwyd i mi wirfoddoli, a doeddwn i ddim yn gwybod a oeddwn i’n ddigon hyderus, ond dechreuais wirfoddoli yn yr Hangar ar ddydd Sul ac roeddwn i wrth fy modd!

Dyma’r peth gorau a allai fod wedi digwydd i mi.”

Yn hollbwysig, mae'r Pantri Bwyd yn creu cyfleoedd gwirfoddoli ystyrlon, gyda 10 o wirfoddolwyr ar hyn o bryd yn ennill Credydau Amser trwy eu cyfranogiad. Mae'r Credydau Amser hyn yn cydnabod eu cyfraniad ac yn agor cyfleoedd ar gyfer gorffwys, mwynhad a chysylltiad y tu hwnt i oroesi o ddydd i ddydd. I lawer o wirfoddolwyr, mae'r cyfuniad hwn o bwrpas, cymuned a chydnabyddiaeth wedi newid bywydau. Cyn hynny bu Barry unigol yn gweithio fel nyrs rhoddwr gwaed gyda Gwasanaeth Gwaed Cymru a chefnogodd ysgol gynradd leol cyn y pandemig. Wedi'u calonogi gan eraill, fe ddechreuon nhw wirfoddoli yn y Hangar Food Pantry yn ddiweddarach.

Helpodd gwirfoddoli'r person hwn i ailgysylltu â phobl, ailadeiladu hyder ac ailddarganfod hapusrwydd. Mae Credydau Amser wedi caniatáu iddynt fwynhau profiadau gyda'i theulu a fyddai fel arall wedi bod allan o gyrraedd. Rydym mor falch bod Credydau Amser, ar draws Hyb Cymunedol Hangar, yn chwarae rhan hanfodol wrth gydnabod cyfraniad, lleihau arwahanrwydd ac ehangu mynediad, boed hynny i ffitrwydd, profiadau diwylliannol, amser teuluol neu eiliadau o lawenydd!

“Byddwn i’n parhau i wneud yr hyn rwy’n ei wneud beth bynnag heb y Credydau Amser, ond mae’n braf cael diolch bach ac mae’n caniatáu i mi wneud pethau… ***ni fyddem wedi gallu fforddio mynd heb Gredydau Amser.”***

Ymuno â'r Mudiad

Ar draws Cymru, mae rhagor o grwpiau cymunedol a phartneriaid yn ymuno â rhwydwaith Tempo, ac yn creu mudiad cynyddol sydd wedi'i wreiddio mewn cydnabyddiaeth, cyd-ddibyniaeth a chynhwysiant. O fentrau sylfaenol i sefydliadau sefydledig, mae partneriaid yn defnyddio Credydau Amser i werthfawrogi amser, sgiliau a phrofiad bywyd pobl, ac yn cryfhau cydlyniant cymunedol trwy ddod â phobl, gwasanaethau a sefydliadau yn agosach trwy gyfranogiad ar y cyd.

Gan ddefnyddio cyfradd gwerth cymdeithasol o £15 yr awr, mae'r 294,130 o Gredydau Amser a enillwyd yn cynrychioli **£4,411,950 mewn gwerth cymdeithasol,** yn dangos y cyfraniad sylweddol y mae gwirfoddolwyr yn ei wneud i gymunedau ledled Cymru. Mae hyn yn cyfateb i gyfartaledd o **27.3 awr wedi'u cyfrannu fesul gwirfoddolwr** ac oddeutu **£409 o werth cymdeithasol a gynhyrchwyd fesul unigolyn**, ac yn tynnu sylw at raddfa'r cyfranogiad ac effaith ystyrlon cyfraniadau unigol.

Daw'r twf hwn ar adeg pan fo llawer o sefydliadau'n wynebu heriau cynyddol o ran recriwtio a chadw gwirfoddolwyr a dod o hyd i ffyrdd ystyrlon o roi yn ôl. Mae Credydau Amser yn helpu i fynd i'r afael â hyn trwy gefnogi partneriaid i arallgyfeirio eu sylfaen gwirfoddolwyr, cyrraedd pobl newydd a chreu llwybrau cliriach a mwy cynhwysol i wirfoddoli a chyfranogiad. Yn ei dro, mae hyn yn helpu sefydliadau i gynnal ymgysylltiad wrth sicrhau bod gwirfoddolwyr yn teimlo eu bod yn cael eu cydnabod, eu gwerthfawrogi a'u cymell. Wrth i'r mudiad ehangu, mae rhagor o wirfoddolwyr yn cyfrannu o'u hamser i gefnogi gwasanaethau, gweithgareddau a chymdogion lleol, a meithrin hyder, perthyn a chysylltiadau cymunedol cryfach. Ar yr un pryd, mae Partneriaid Cydnabyddiaeth ledled Cymru yn parhau i agor cyfleoedd i wirfoddolwyr ddefnyddio eu Credydau Amser mewn mannau diwylliannol, hamdden a chymunedol, gan gryfhau perthnasoedd traws-sector ac atgyfnerthu ymrwymiad a rennir i gyfranogiad a llesiant.

Gyda'i gilydd, mae grwpiau cymunedol a phartneriaid yn helpu i dyfu mudiad cenedlaethol sy'n cydnabod cyfraniad, yn ehangu cyfranogiad ac yn cryfhau cymunedau ledled Cymru.

"Rydym yn gweld newid pwerus ledled Cymru. Nid recriwtio gwirfoddolwyr yn unig y mae sefydliadau yn ei wneud, maent yn adeiladu llwybrau cynhwysol i bobl gymryd rhan, perthyn a chael eu cydnabod. Pan fydd pobl yn teimlo eu bod yn cael eu gwerthfawrogi, maent yn parhau i fod yn rhan o'r gwaith, mae cymunedau'n tyfu'n gryfach, ac mae'r effaith yn ymestyn ymhell y tu hwnt i wirfoddoli."

— Rachel, Prif Swyddog Gweithredol, Tempo

ELUSENNAU A GRWPIAU CYMUNEDOL

"Mae Tempo wedi ein helpu i gynorthwyo pobl leol sy'n cael eu harwain gan elusennau a gwirfoddolwyr sydd wedi helpu i fod o fudd i eraill . Mae hyn yn gweithredu fel yr eisin ychwanegol ar y gacen iddyn nhw. Rydym yn hapus i wobrwyo'r rhai sydd wedi gwneud daioni i'w cymuned leol a chwarae ein rhan yn y system."
- Elin Dowsett (Rheolwr Swyddfa Docynnau, Clwb Glee Caerdydd)

63%

O sefydliadau yn gweld gwahaniaeth cadarnhaol yn eu gallu i recriwtio gwirfoddolwyr

69%

yn gweld gwelliant yn iechyd a llesiant gwirfoddolwyr

76%

yn dweud bod Credydau Amser yn eu helpu i gydnabod gwirfoddolwyr yn fwy effeithiol

Partner yn y Sbotolau

11 o leoliadau'r Ymddiriedolaeth Genedlaethol yn derbyn Credydau Amser

2,200 o Gredydau Amser wedi cael eu derbyn trwy leoliadau'r Ymddiriedolaeth Genedlaethol.

Yr **Ymddiriedolaeth Genedlaethol** yw elusen gadwraeth fwyaf Ewrop, sy'n gofalu am natur, harddwch a hanes fel y gall pawb eu mwynhau. Mae eu gwaith yn cael ei bweru gan filiynau o aelodau, gwirfoddolwyr, staff a rhoddwyr, cefnogaeth sy'n cadw natur a threftadaeth i ffynnu.

Mae'r Ymddiriedolaeth Genedlaethol yn gofalu am y canlynol:

- **Mwy nag 890 milltir o arfordir**
- **Dros 250,000 hectar o dir**
- **Mwy na 500 o dai hanesyddol, cestyll, parciau a gerddi**
- **Bron i filiwn o weithiau celf**

Partneriaeth Tempo

Ymunodd yr Ymddiriedolaeth Genedlaethol â Rhwydwaith Credydau Amser Tempo yng Nghymru yn 2022, a dod yn bartner cenedlaethol drwy system ddigidol Tempo.

Heddiw, mae lleoliadau fel Gerddi Dyffryn, Castell y Waun a Thŷ Tredegar, Castell a Gerddi Powis yn helpu gwirfoddolwyr i fwynhau a chael mynediad at rai o leoedd mwyaf gwerthfawr Cymru!

"Mae Credydau Amser yn ein galluogi i gefnogi pobl i gael mynediad i'n lleoliadau na fyddent o reidrwydd yn dod i ymweld am wahanol resymau. Rydym hefyd yn gallu agor rhagor o fynediadau i'n cymunedau lleol yn ac o amgylch ein lleoliadau trwy ddenu pobl leol, yn ogystal â thwristiaid. Ar y cyfan, mae wedi bod yn brofiad cadarnhaol iawn gweithio gydag aelodau o dîm Tempo gan eu bod yn rhannu'r un gwerthoedd a'r un ysgogwyr allweddol â ni, sy'n gwneud Tempo yn sefydliad da i weithio gydag ef." *- Rhiannon Gamble, Partner Busnes Pobl, Gwirfoddoli a Chymuned.*

Taith Tempo gyda gwirfoddolwyr i Erddi Dyffryn!

"Cawson ni ymweliad gwych â Dyffryn. Es i â fy ŵyr 4 oed. Gwnaeth y ffaith y gallem ymweld am ddim trwy Gredydau Amser yr ymweliad hyd yn oed yn felysach."

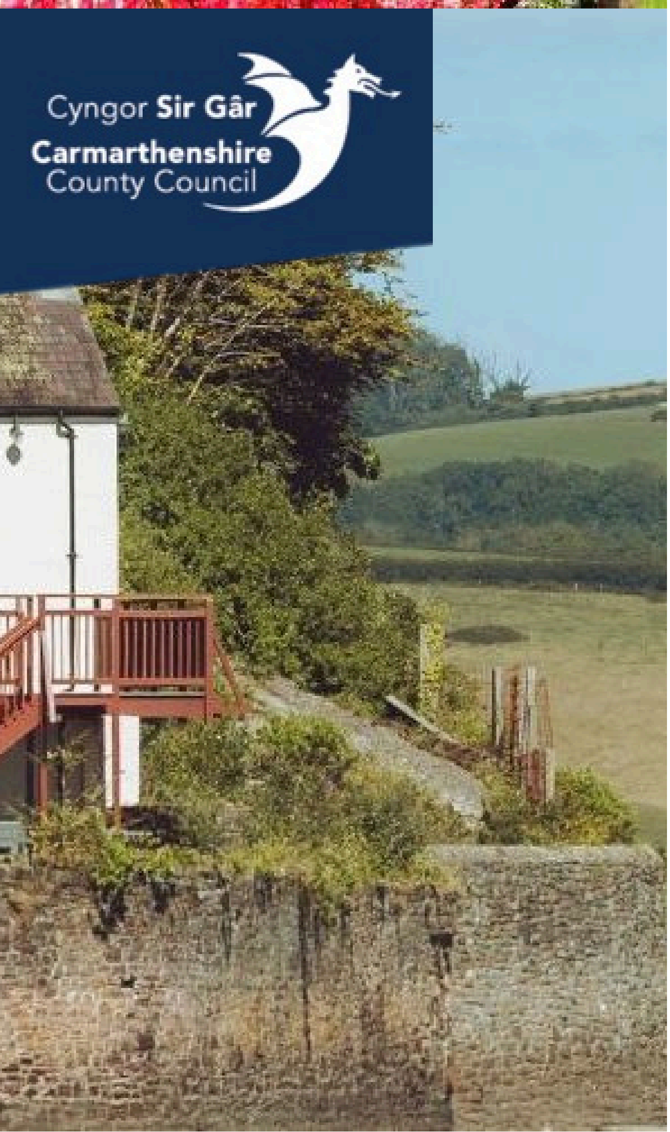
- Gwirfoddolwr Dienw

"Cawsom brynhawn hyfryd yn defnyddio Credydau Amser yn Nhŷ Tredegar... Roedd yn drip gwych ac yn brofiad cadarnhaol iawn."

- Hayley Corless, Gwirfoddolwr

Tempo

National Trust



Cydnabod Amser, Agor Drysau: Gwirfoddoli wrth Wraidd CofGâr

Mae CofGâr yn deulu o bum amgueddfa ledled Sir Gâr, sy'n cynrychioli gwasanaeth amgueddfeydd a chelfyddydau Cyngor Sir Gâr. Gyda'i gilydd, mae'r lleoliadau poblogaidd hyn yn cynnig profiadau diwylliannol cyfoethog a mannau croesawgar i gymunedau lleol ac ymwelwyr fel ei gilydd.
Ar hyn o bryd, gall gwirfoddolwyr ddefnyddio **2 Amser Credyd** am fynediad i Gartref Dylan Thomas ac Amgueddfa Cyflymder ym Mhentywyn. Mae CofGâr wedi cynnig y cyfleoedd hyn fel Partner Cydnabyddiaeth Tempo ers dwy flynedd, ar ôl ymuno â'r rhwydwaith yn **2023.**

Fe wnaethon ni siarad â Jenna Morris, Swyddog Gwirfoddoli ac Ymgysylltu â'r Gymuned, ynglŷn â pham y dewisodd CofGâr bartneru â Chredydau Amser Tempo, fel lle y gall gwirfoddolwyr ennill credydau, ac fel lleoliad lle gellir eu gwario. Wrth fyfyrio ar y bartneriaeth, dywedodd Jenna:

"Mae derbyn Credydau Amser yn caniatáu inni fod yn fwy hygyrch a chynhwysol i'r rhai a allai fod â rhwystrau i gael mynediad i'n lleoliadau am amrywiaeth o resymau, fel cyllid neu gyfle, sydd yn ei dro yn ein cefnogi i ddenu pobl newydd a gwahanol i'n lleoliadau na fyddent fel arall yn ymweld â ni."

Mae gwirfoddoli wrth wraidd gwaith CofGâr. Ar draws y pum safle amgueddfa, mae gwirfoddolwyr yn cyfrannu mewn sawl ffordd wahanol, ac yn helpu i ddarparu gwasanaeth rhagorol i'r gymuned. Wrth siarad am effaith Credydau Amser ar wirfoddolwyr, dywedodd Jenna: ***"Mae defnyddio Credydau Amser, a'u rhoi i wirfoddolwyr i gydnabod yr holl amser a'r gwaith caled, yn hyfryd ac mae'r cyfleoedd maen nhw'n eu rhoi i'n gwirfoddolwyr yn wych. Felly, mae'n beth hyfryd i'w hychwanegu at eu profiad gwirfoddoli."***

Diolch

Ni fyddai dim o hyn yn bosibl heb y bobl a'r partneriaid sy'n credu ym mhŵer rhoi o'u hamser. O wirfoddolwyr, sefydliadau cymunedol ac elusennau, i fusnesau a chyllidwyr sy'n dewis cefnogi gweithredu lleol, diolch.

Mae eich cefnogaeth yn ein helpu i gydnabod gwirfoddoli, agor cyfleoedd, a chryfhau cymunedau ar draws rhwydwaith Tempo. Rydym yn falch o'r hyn rydym wedi'i gyflawni gyda'n gilydd ac yn gyffrous i adeiladu ar y momentwm hwn yn y flwyddyn i ddod.

Tîm Tempo

amycole@wearetempo.org
029 2056 6132
wearetempo.org

Tempo is a Limited Company Registered in England and Wales: Tempo Time Credits Limited No. 06593956. Registered Charity No. 1135143. Registered office address: The Maltings, East Tyndall Street,Cardiff Bay, CF24 5EA.