



“Pan wnes i DofE, sylweddolais fod byd cyfan yn barod i’w archwilio.” Lily, 15

CHWE CHAM AT EICH DofE

1. Cofrestrwch drwy eDofE.org neu’r ap DofE.
2. Dewiswch weithgareddau ar gyfer pob adran a’u cadarnhau gydag Arweinydd.
3. Gwnewch eich gweithgareddau ar gyfer y cyfnod o amser penodol a chofnodwch eich cynnydd.
4. Gofynnwch i Aseswr gadarnhau pob gweithgaredd.
5. Cyflawnwch eich Gwobr Arian!
6. Heriwch eich hun ychydig yn rhagor a chymryd y cam tuag at y Wobr Aur.

Yma i helpu

Evch i DofE.org/do am syniadau ac adnoddau i’ch cefnogi drwy eich DofE.

 @DofE

 theDofE

 theDofEUK

 DofEUK

DofE.org

Mae Gwobr Dug Caeredin yn Elusen Gofrestredig, rhif: 1072490, ac yn yr Alban, rhif: SC038254, a Chorfforaeth y Siarter Brenhinol, rhif: RC000806. Swyddfa Gofrestredig: Gulliver House, Madeira Walk, WINDSOR, Berkshire SL4 1EU

Gwobr
Arian DofE



AMDANI GYDA'R ARIAN



**IEUENCTID
HEB
GYFYNGIADAU**

Gwybodaeth
ynghylch
y rhaglen i
gyfranogwyr

CROESO I'CH DOFE

Llongyfarchiadau ar benderfynu ymgymryd â Gwobr Arian DofE.

Mae DofE pawb yn unigryw ond yn antur bob amser. Mae'n rhoi'r cyfle i chi ymgymryd â'ch heriau eich hun, mynd ar drywydd yr hyn sy'n mynd â'ch bryd, a darganfod doniau nad oeddech yn ymwybodol ohonynt.

Byddwch yn dewis o blith miloedd o weithgareddau, bydd rhai ohonynt yn gyfarwydd i chi a rhai yn hollol newydd. O bêl-droed i wneud ffilm, sgrialu i ganu, DJ'io i helpu yn eich clwb ieuencid lleol – mae'r posibiliadau yn ddiderfyn. Yn fwy na hynny, byddwch yn creu atgofion, ffrindiau a sgiliau a fydd yn para am byth.

Nid yn unig y bydd eich DofE yn eich helpu chi i fod yn drawiadol pan fyddwch yn gwneud cais i'r coleg, prifysgol neu swydd, bydd yn eich helpu chi i fagu cred hirdymor ynoch chi'ch hunan. Oherwydd yn ein barn ni, pan ydych yn profi i chi'ch hunan eich bod yn barod am unrhyw beth, does dim yn gallu eich dal yn ôl.

Croeso i fywyd diderfyn.



Lawrlwythwch ap DofE

Mae'r ap DofE yn rhoi ffordd gyflym a rhwydd i chi allu cynllunio'ch gweithgareddau, cysylltu â'ch Arweinydd DofE, cwblhau eich rhaglen a chyflawni eich Gwobr. Lawrlwythwch yr ap heddiw i ddechrau arni.



PEDAIR ADRAN, UN PROFIAD BYTHGOFIADWY.

Mae eich Gwobr DofE yn gwbl unigryw i chi. Bydd angen i chi ddewis a chwblhau un gweithgaredd i'w wneud ym mhob un o'r pedair adran. Gyda'r Wobr Arian, bydd angen i chi Wirfoddoli am chwe mis, cewch ddewis rhwng gwneud yr adran Gorfforol neu Sgiliau am chwe mis a gwneud yr adran yn weddill am dri mis. Mae'r alltaith Arian yn digwydd dros dridiau a dwy noson.

Awgrym ardderchog. Bydd dewis gweithgareddau y byddwch yn eu mwynhau yn ei gwneud hi'n haws i chi lynu wrthynt ac yn y pendraw yn eich helpu chi i gael mwy o fudd o'ch profiad DofE.

“Dangosodd y DofE i mi beth ydw i'n gallu ei wneud, yn gorfforol a meddyliol.” Maria, 15

1. GWIRFODDOLI 6 mis*

Boed ydych yn treulio amser gydag elusen leol neu'n helpu i drefnu gweithgareddau i'ch clwb ieuencid, ewch amdani a gwnewch wahaniaeth yn eich cymuned drwy helpu eraill, yr amgylchedd neu eich elusen leol.

Syniadau i'ch dechrau chi arni: Helpu mewn siop elusen, codi arian at achos da lleol, gwaith cadwraeth, ymgyrchu, mentora.

2. CORFFOROL 6 neu 3 mis*

O sgrialu i sgwba-blymio, pêl-fasged cadair olwyn i bale, dewiswch eich llwybr eich hun i gadw'n heini. Byddwch yn olrhain eich cynnydd ac yn gwella eich ffitrwydd, hapusrwydd ac iechyd ar yr un pryd.

Syniadau i'ch dechrau chi arni: nofio, pêl-rwyd, dosbarthiadau ffitrwydd, dawns, hoci, pêl-droed, tennis cadair olwyn.

3. SGILIAU 6 neu 3 mis*

Dysgwch rywbeth yr ydych wastad wedi bod eisiau ei ddysgu neu beth am wella eich gallu i wneud rhywbeth rydych yn ei fwynhau? O wneud ffilm i chwarae offeryn cerddorol, coginio i ofalu am anifeiliaid, beth fyddwch chi'n ei ddewis?

Syniadau i'ch dechrau chi arni: ffotograffiaeth, chwarae offeryn cerddorol, tynnu llun, cymorth cyntaf, coginio, canu.

4. ALLTAITH 3 diwrnod 2 noson

Fel rhan o dîm bach, cewch brofiad bythgofiadwy yn ymgyfarwyddo â bywyd yn yr awyr agored, a gwella eich sgiliau cyfathrebu ac arwain ar hyd y ffordd.

Syniadau i'ch dechrau chi arni: beicio, marchogaeth, cerdded, canwio / caiacio.

* Dewiswch un gweithgaredd o blith yr adrannau Corfforol neu Sgiliau i'w ymestyn i 6 mis. Os na wnaethoch y Wobr Efydd, bydd angen i chi wneud 12 mis o naill ai'r adran Wirfoddoli, Corfforol neu Sgiliau.

Am ragor o syniadau ac ysbrydoliaeth, lawrlwythwch yr ap neu ewch i: DofE.org/do/activities

