



“Mae’r DofE wedi dod â ni at ein gilydd, ac wedi dod â ni’n agosach..”
T’quarn, 16

EICH DOFE MEWN CHWE CHAM

- 1 Cofrestrwch trwy eDofE.org neu’r ap DofE.
- 2 Dewiswch eich gweithgareddau ar gyfer pob adran a gofyn i’ch Arweinydd eu cymeradwyo.
- 3 Gwnewch eich gweithgareddau am y cyfnod gofynnol a chofnodi eich cynnydd.
- 4 Gofynnwch i Aseswr gymeradwyo pob gweithgaredd.
- 5 Ennill eich Gwobr Arian!
- 6 Beth am roi her arall i chi’ch hun drwy ymgymryd â’r Wobr Aur?

Mae’r DofE yn helpu pobl ifanc i feithrin ffydd gydol oes yn eu hunain, yn eu cefnogi i fynd i’r afael â’u heriau eu hunain, dilyn eu diddordebau, a darganfod doniau nad oeddynt yn ymwybodol eu bod yn meddu arnynt. Oherwydd, pan fyddwch yn profi i chi eich hun eich bod yn barod ar gyfer unrhyw beth, ni all unrhyw beth eich dal yn ôl.

Rydym ni yma i helpu

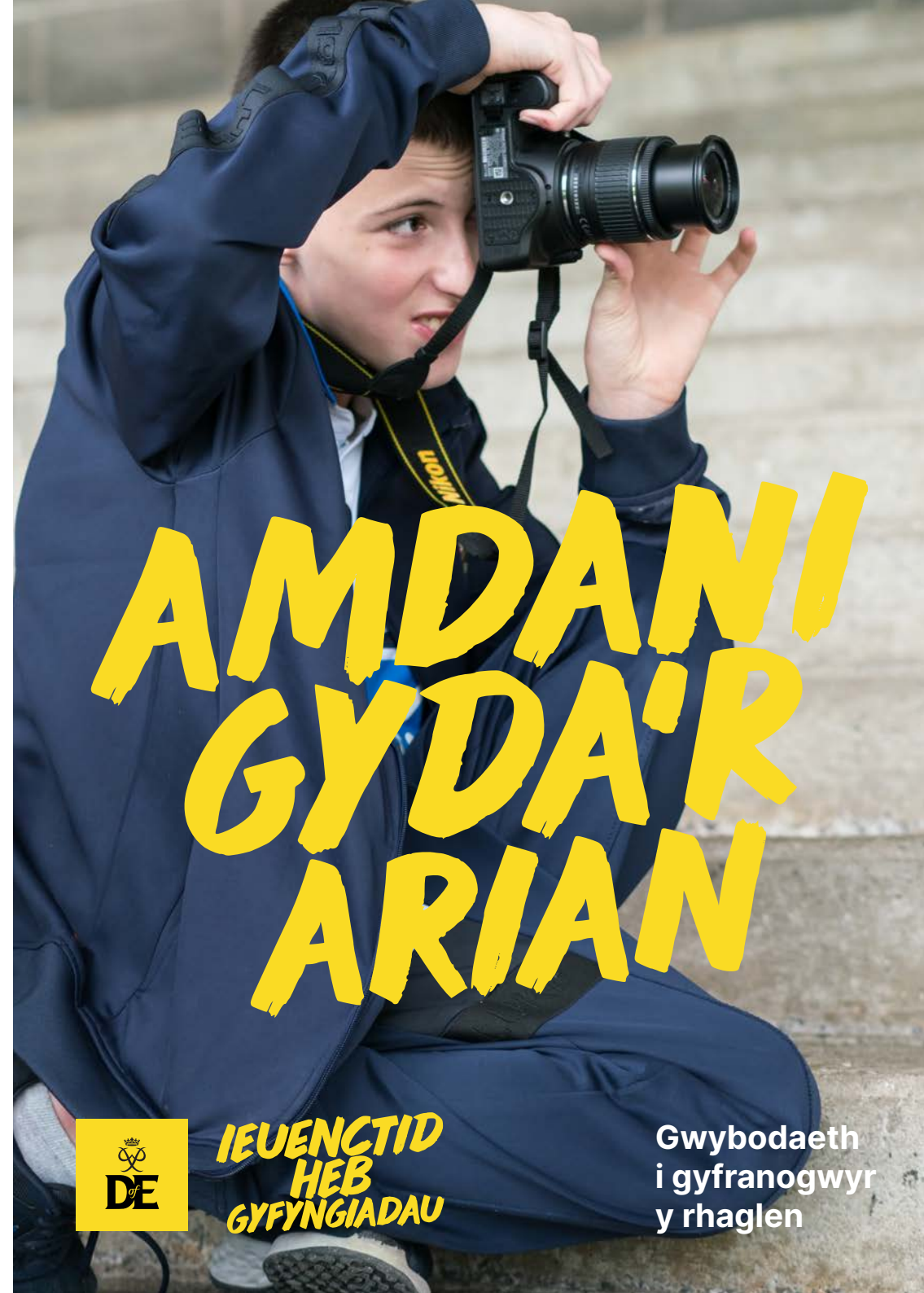
Ewch i DofE.org/do i gael syniadau ac adnoddau i’ch cefnogi ar eich taith DofE.

 @DofE  theDofE  theDofEUK  DofEUK

DofE.org

Mae Gwobr Dug Caeredin yn Elusen Gofrestredig Rhif: 1072490, ac yn yr Alban Rhif: SC038254, ac yn Gorfforaeth Siarter Frenhinol Rhif: RC000806. Swyddfa Gofrestredig: 9 Greyfriars Road, Reading, RG1 1NU.

S/W/2024



AMDANI GYDA'R ARIAN



**IEUENCTID
HEB
GYFYNGIADAU**

**Gwybodaeth
i gyfranogwyr
y rhaglen**

CROESO

I'CH RHAGLEN DOFE

Llongyfarchiadau ar ddechrau eich gwobr DofE Arian.

Mae profiad DofE pawb yn unigryw, ond mae antur i'w gael bob amser. Mae'n rhoi'r cyfle i chi ymgymryd â'ch heriau eich hun, dilyn eich diddordebau, a darganfod doniau nad oeddech yn ymwybodol eich bod yn meddu arnynt.

Byddwch yn dewis o blith miloedd o weithgareddau, rhai y byddwch efallai eisoes yn eu gwneud, a rhai hollol newydd. O bêl-droed i wneud ffilmiau, sglefrfyrrddio i ganu, o DJ'io i helpu yn eich clwb ieuenctid lleol - mae'r posibiliadau'n ddiddiwedd. Ar ben hynny, byddwch yn creu atgofion, yn gwneud ffrindiau ac yn datblygu sgiliau a fydd yn para am byth.

Bydd eich gwobr DofE nid yn unig yn gwneud i chi sefyll allan pan fyddwch yn gwneud cais am le mewn coleg neu brifysgol neu'n ymgeisio am swydd, bydd hefyd yn helpu i ddatblygu ffydd gydol oes ynoch chi'ch hun. Rydym yn credu pan fyddwch yn profi i chi'ch hun eich bod yn barod am unrhyw beth, ni all ddim eich rhwystro.

Peidiwch â gadael i unrhyw beth eich rhwystro.

Lawrlwythwch yr ap DofE

Mae'r ap DofE yn ei gwneud hi'n gyflym ac yn hawdd cynllunio eich gweithgareddau, cysylltu â'ch Arweinydd DofE, cwblhau eich rhaglen ac ennill eich Gwobr. Lawrlwythwch yr ap heddiw a dechrau arni.



PEDAIR ADRAN. UN PROFIAD BYTHGOFIADWY.

Mae eich profiad DofE yn unigryw i chi. Bydd angen i chi ddewis a chwblhau un gweithgaredd i'w wneud yn y pedair adran.

Ar gyfer y wobr Arian, bydd angen i chi wneud yr adran Wirfoddoli am chwe mis, yr adran Gorfforol neu'r Adran Sgiliau am chwe mis a'r adran sy'n weddill am dri mis. Mae'r alldaith Arian yn cael ei chynnal dros dri diwrnod a dwy noson.

Awgrym ardderchog: Bydd dewis gweithgareddau rydych yn eu mwynhau yn ei gwneud hi'n haws i ddal ati ac yn y pendraw, bydd yn eich helpu i gael mwy allan o'r profiad DofE.

**"Trwy'r DofE,
rwyf wedi canfod
lle rwy'n perthyn."
Hannah, 18**

1. GWIRFODDOLI 6 mis*

Pa un a ydych yn penderfynu rhoi o'ch amser i siop elusen leol neu helpu i drefnu gweithgareddau ar gyfer eich clwb ieuenctid, ewch amdani i wneud gwahaniaeth yn eich cymuned, i'r amgylchedd neu elusen leol.

Syniadau i ddechrau arni:

Helpu mewn siop elusen, codi arian at achos lleol, rhoi cynnig ar waith cadwraeth, dechrau ymgyrchu neu fentora eraill.

2. CORFFOROL 6 neu 3 mis*

O sglefrfyrrddio i sgwba-blymio, o bêl-fasged cadair olwyn i fale, dewiswch eich ffordd eich hun i fod yn egniol. Byddwch yn olrhain eich cynnydd ac yn dod yn fwy heini, yn hapusach ac yn iachach.

Syniadau i ddechrau arni:

Nofio, pêl-rwyd, dosbarthiadau ffitrwydd,awns, hoci, pêl-droed, tenis cadair olwyn.

3. SGILIAU 6 neu 3 mis*

Dysgu i wneud rhywbeth rydych chi wedi bod eisiau ei wneud erioed neu efallai gwella mewn rhywbeth rydych chi eisoes yn ei wneud. O wneud ffilmiau i chwarae offeryn cerddorol, o goginio i ofalu am anifeiliaid, beth fyddwch chi'n ei ddewis?

Syniadau i ddechrau arni:

Ffotograffiaeth, chwarae offeryn cerddorol, arlunio, cymorth cyntaf, coginio, canu, e-chwaraeon.

4. ALLDAITH 3 diwrnod, 2 noson

Fel rhan o dîm bach byddwch yn cael profiad bythgofiadwy yn yr awyr agored. Byddwch hefyd yn gwella eich sgiliau cyfathrebu ac arwain.

Syniadau i ddechrau arni:

Seiclo, marchogaeth, heicio, canŵio/caiacio.

* Dewiswch un o'r 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.

I gael rhagor o syniadau ac ysbrydoliaeth, lawrlwythwch yr ap neu ewch i:
DofE.org/do/activities.

