

LLYSGENHADON CYNHWYSIANT

Rôl y Llysgennad Cynhwysiant yw sicrhau bod gweithgareddau corfforol yn hygyrch i bob myfyriwr, hyrwyddo ac ysbrydoli myfyrwyr eraill i gymryd rhan, hysbysebu a hyrwyddo gweithgareddau a gweithio gyda staff i gofrestru myfyrwyr a chasglu adborth. Rydyn ni'n cael hyfforddiant i'n helpu gyda rolau a chyfrifoldebau'r swydd ac rydyn ni'n gweithio'n agos gyda staff.

Darganfyddodd arolwg Activity Alliance y canlyniadau isod:

- Byddai pedwar o bob pump o bobl anabl (81 y cant) yn hoffi bod yn fwy gweithgar.
- Mae oedolion anabl ddwywaith yn fwy tebygol nag oedolion nad ydynt yn anabl, o beidio â bod yn weithgar yn gorfforol (42 y cant o'i gymharu â 21 y cant).
- Mae peidio â bod yn weithgar yn cynyddu gyda nifer y namau sydd gan unigolyn. Nid yw 51 y cant o bobl gyda thri nam neu ragor yn weithgar, o'i gymharu â 31 y cant o bobl gydag un nam yn unig.



Hoffem sicrhau bod ein holl weithgareddau yng Ngholeg Cambria yn gynhwysol a bod, myfyrwyr anabl, myfyrwyr LHDT+, myfyrwyr sy'n dioddef diffyg hyder neu sy'n newydd i ymarfer corff, yn cael cyfle i gymryd rhan yn ein gweithgareddau. Rydyn ni'n gobeithio cyflawni hyn trwy greu lleoedd diogel i fyfyrwyr, lle gallant deimlo'n gyffyrddus i wneud ymarfer corff neu siarad â'u ffrindiau.

Rydyn ni yma i chi! Os ydych chi eisiau rhagor o wybodaeth, ymunwch â'n hystafell ddosbarth Google: 6xeqp5l

LLYSGENHADON CYNHWYSIANT:



MATTHEW HAYES

Helo, fy enw i yw Matthew Hayes. Dw i'n 20 oed gydag Awtistiaeth ac ADHD a dwi hefyd yn Is-lywydd presennol Llaneurgain. Byth ers i mi fod tua 14 oed, fe wnes i hi'n ddyletswydd bersonol i sicrhau bod gan y rhai o'm cwmpas ansawdd bywyd da. Mae bod yn arweinydd dibynadwy yn fy rhoi mewn sefyllfa i wneud yn union hynny. Mae gen i gred bersonol bod gan bawb y potensial i fynd yn bell mewn bywyd, ac mai'r cwbl sydd ei angen arnyn nhw yw rhywfaint o arweiniad ac ychydig o gymhelliant. Mae gen i ddigon o brofiad o helpu pobl gydag unrhyw straen sy'n ymddangos yn eu bywydau, a byddaf yn fwy na pharod i helpu mewn unrhyw ffordd y gallaf, gyda gwên ar fy wyneb ac agwedd 'mi fedra i'.

LLYSGENHADON CYNHWYSIANT:



DAVID WHITTLE

Fy enw i yw David Whittle, rwy'n fyfyrwr SBA Llaneurgain ac rwy'n aelod o dîm pêl-droed SBA y coleg. Rwy'n llysgennad cynhwysiant ac yn arweinydd dibynadwy oherwydd fy mod i'n hoffi chwaraeon a ffitrwydd, gan hyfforddi sgiliau newydd i bobl. Felly, mi hoffwn i helpu pobl eraill i fod yn heini a mwynhau chwaraeon a ffitrwydd hefyd. Mae manteision enfawr i gadw'n egniol ac yn iach, felly mi faswn i'n hoffi gweld llawer o bobl yn dod yn heini a'u bod yn cael teimlo'r buddion hyn. Hoffwn hefyd gael gyrfa yn y diwydiant hamdden pan fydda i'n hŷn.

MIA

Helo, fy enw i yw Mia ac rwy'n Fyfyrwr SBA ar safle Llaneurgain. Rwy'n llysgennad cynhwysiant ac yn arweinydd dibynadwy.

Cefais brofiad o fwlio yn y gorffennol oherwydd fy mod i'n wahanol ac roeddwn yn teimlo fy mod i wedi cael fy ngadael allan o gyfleoedd roedd eraill yn eu cael. Roeddwn yn credu bod hynny'n annerbyniol ac roeddwn yn teimlo fy mod wedi colli fy hunan werth a'm hyder. Roeddwn i'n poeni bod pobl eraill yn teimlo'r un fath â mi a bod angen newid y sefyllfa. Yn fy rôl newydd, fel llysgennad cynhwysiant mi fydda i'n gwella ymwybyddiaeth am gynhwysiant ac yn sicrhau bod ein holl weithgareddau'n gynhwysol. Mae'n bwysig bod pawb yng Ngholeg Cambria yn teimlo eu bod yn cael eu cynnwys a'u bod yn perthyn.

