Hawdd ei Ddeall

Gwirfoddoli mewn Chwaraeon

Taflen wybodaeth

Awst 2026

Am y ddogfen yma

Dyma fersiwn hawdd ei ddeall o: **Taflen Wybodaeth i Gyfranogwyr - Rhwystrau I Bobl Anabl a Hwyluswyr i Wirfoddoli.**

Lle mae'r ddogfen yn dweud ni, mae hyn yn meddwl:

- **Prifysgol Met Caerdydd**
- **Prifysgol Abertawe**
- **Chwaraeon Anabledd Cymru**
- **Sefydliad Gweithgarwch Corfforol, Iechyd a Chwaraeon Cymru**

I ddarganfod mwy am yr ymchwil yma cysylltwch â:

Amie Richards
Adran Gwyddor Chwaraeon ac Ymarfer Corff
Prifysgol Abertawe
amie.richards@swansea.ac.uk

Yr Athro Melitta McNarry
Adran Gwyddor Chwaraeon ac Ymarfer Corff
Prifysgol Abertawe
m.mcnarry@swansea.ac.uk

Cynnwys

Am yr ymchwil yma **4**

Nod yr ymchwil yma 5

Pwy sy'n gwneud yr ymchwil yma **6**

Beth sy'n digwydd os byddwch chi'n cymryd rhan **7**

Risgiau **8**

Cadw eich gwybodaeth yn breifat **9**

Beth rydyn ni'n ei wneud gyda'ch gwybodaeth 11

Newid eich meddwl am gymryd rhan **12**

Diogelu data **13**

Eich hawliau 14

Cwestiynau eraill **16**

Am yr ymchwil yma

Sefydliad Gweithgarwch Corfforol, Iechyd a Chwaraeon Cymru ydyn ni.

Rydyn ni'n gweithio gyda Phrifysgol Met Caerdydd, Prifysgol Abertawe a Chwaraeon Anabledd Cymru.

Rydyn ni eisiau darganfod sut beth ydy gwirfoddoli mewn chwaraeon i bobl anabl.

Cyn i chi ddewis cymryd rhan, darllenwch y daflen wybodaeth yma.

Nod yr ymchwil yma

Rydyn ni eisiau deall:

- beth sy'n annog pobl anabl i wirfoddoli mewn chwaraeon,

- a beth sy'n eu stopio.

Fe fyddwn ni'n defnyddio beth rydyn ni'n ei ddysgu i helpu i wella gwirfoddoli i bobl anabl.

Os byddwch chi'n dewis cymryd rhan, fe fyddwch chi'n ein helpu i wneud hyn. Rydych chi'n gallu rhannu beth rydych chi'n feddwl a'ch profiadau.

Pwy sy’n gwneud yr ymchwil yma

Rydyn ni’n dîm o ymchwilwyr o:

- Prifysgol Abertawe
- Prifysgol Metropolitan Caerdydd
- Sefydliad Gweithgarwch Corfforol, Iechyd a Chwaraeon Cymru

Mae’r ymchwil yma yn rhan o brosiect mwy gyda Chwaraeon Anabledd Cymru a Press Red.

Dim ond y tîm ymchwil fydd yn gweld eich gwybodaeth bersonol. Ond fe fyddwn ni’n rhannu beth rydyn ni’n ei ddysgu gyda’r prosiect mwy.

Beth sy'n digwydd os byddwch chi'n cymryd rhan

Fe fyddwn ni'n gofyn I chi wneud arolwg ar-lein. Fe fydd yn cymryd tua 15 munud.

Mae'r arolwg yn gofyn cwestiynau am eich profiadau o wirfoddoli.

Mae yna rai cwestiynau amdanoch chi a'ch cefndir. Fel oedran a ble rydych chi'n byw.

Mae hyn yn ein helpu i ddeall y profiadau sydd gan wahanol bobl.

Risgiau

Dydyn ni ddim yn credu bod unrhyw risgiau i gymryd rhan.

Efallai y bydd angen i chi feddwl am:

- profiadau personol

- problemau rydych chi wedi'u cael wrth wirfoddoli.

Rydych chi'n gallu rhoi'r gorau i wneud yr arolwg ar unrhyw adeg.

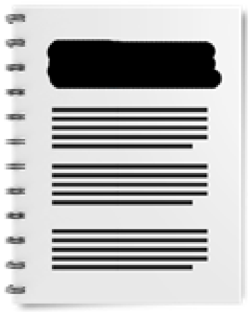
Cadw eich gwybodaeth yn breifat

Fe fyddwn ni'n dilyn y deddfau ar gyfer cadw gwybodaeth yn ddiogel ac yn breifat.

Dim ond y tîm ymchwil fydd yn gweld eich gwybodaeth bersonol a'ch atebion.

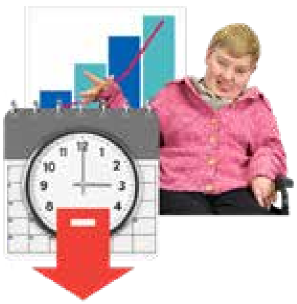
Mae gwybodaeth ar gyfrifiaduron yn cael ei gadw mewn ffeil sydd wedi ei diogelu gan gyfrinair.

Mae gwybodaeth ar bapur yn cael ei gadw mewn cabinet ffeilio wedi'i gloi.



Fe fyddwn ni'n tynnu eich enw oddi ar eich atebion arolwg ar ddiwedd yr ymchwil. Pan fyddwn ni wedi astudio'r holl atebion.

Ar ôl hyn, fyddwn ni ddim yn gwybod pa atebion sy'n perthyn i bwy.

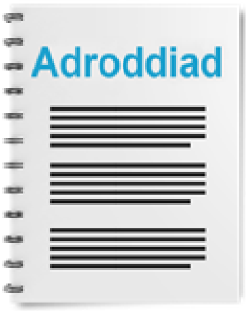


Oherwydd hyn, fyddwn ni ddim yn gallu tynnu eich gwybodaeth yn nes ymlaen.

Dywedwch wrthyn ni ar unwaith os byddwch chi'n newid eich meddwl am gymryd rhan.

Beth rydyn ni'n ei wneud gyda'ch gwybodaeth

Fe fyddwn ni'n astudio holl atebion yr arolwg.



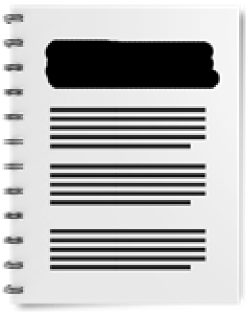
Fe fyddwn ni'n rhoi beth rydyn ni'n ei ddysgu mewn adroddiad. Efallai y byddwn ni hefyd yn defnyddio beth rydyn ni'n ei ddysgu mewn cyflwyniadau a chyfryngau eraill.

Fydd eich enw ddim yn cael ei gynnwys mewn unrhyw adroddiadau neu gyflwyniadau.

Newid eich meddwl am gymryd rhan

Eich dewis chi ydy cymryd rhan neu beidio.

Os ydych chi'n dewis cymryd rhan ac yna yn newid eich meddwl, mae hynny'n iawn. Does dim angen i chi roi rheswm i ni.



Pan fyddwn ni wedi tynnu eich enw o'ch atebion, fyddwn ni ddim yn gallu eu tynnu o'r ymchwil.

Mae angen i chi ddweud wrthyn ni yn syth os ydych chi'n newid eich meddwl.

Diogelu data

Prifysgol Abertawe sy'n gyfrifol am wneud yn siŵr bod eich holl wybodaeth yn cael ei gadw'n ddiogel.

Fe fyddwn ni'n defnyddio eich gwybodaeth yn unig i'n helpu i ddeall sut beth ydy gwirfoddoli mewn chwaraeon i bobl anabl.

Fe fydd angen i chi lofnodi ffurflen ganiatâd i ddweud ein bod ni yn cael caniatad i ddefnyddio atebion eich arolwg.

Ffurflen ar-lein ydy hon. Rydyn ni'n gallu rhoi ffurflen bapur i chi os ydy'n well gennych chi.

Fe fyddwn ni'n cadw'r wybodaeth o'r ymchwil yma am o leiaf 10 mlynedd. Efallai y byddwn ni'n ei gadw'n hirach os ydy e'n bwysig ar gyfer gwaith yn y dyfodol.

Eich hawliau

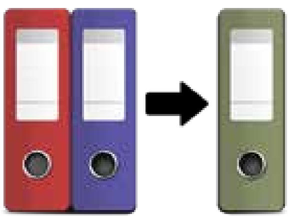
Mae gennych chi yr hawl i:

- Gweld eich gwybodaeth bersonol.

- Gofyn i ni roi'r gorau i gasglu, storio neu ddefnyddio eich gwybodaeth bersonol.

- Gwneud i ni newid unrhyw gamgymeriadau yn y wybodaeth.

- Gofyn i ni ddileu'r wybodaeth sydd gennym amdanoch chi mewn rhai achosion.



- Symud y wybodaeth amdanoch chi i rywle arall mewn rhai achosion.

Os ydych chi eisiau gwybod mwy am sut mae eich gwybodaeth yn cael ei gadw a'i ddefnyddio, cysylltwch â ni yn:

Swyddog Cydymffurfio'r Brifysgol (FOI/DP)
Swyddfa'r Is-Ganghellor
Prifysgol Abertawe
Parc Singleton
Abertawe
SA2 8PP

Ebost: dataprotection@swansea.ac.uk

ico.
Information Commissioner's Office

Os ydych chi'n anfodlon â'r ffordd rydyn ni'n cadw ac yn defnyddio'ch gwybodaeth, rydych chi'n gallu cysylltu â Swyddfa'r Comisiynydd Gwybodaeth:

Tŷ Wycliffe
Lôn y Dŵr
Wilmslow
Swydd Gaer
SK9 5AF

Ffôn: 01625 545745 neu 0303 123 1113

Gwefan: ico.org.uk

Cwestiynau eraill

Os oes gennych fwy o gwestiynau am yr ymchwil yma, cysylltwch â ni ar unrhyw adeg:

Amie Richards

Adran Gwyddor Chwaraeon ac Ymarfer Corff

Prifysgol Abertawe

amie.richards@swansea.ac.uk

Yr Athro Melitta McNarry

Adran Gwyddor Chwaraeon ac Ymarfer Corff

Prifysgol Abertawe

m.mcnarry@swansea.ac.uk

Hawdd ei Ddeall Cymru
Easy Read Wales

Mae Hawdd ei Ddeall Cymru wedi gwneud y ddogfen yma yn Hawdd ei Ddeall. Cliciwch yma i ddweud wrthyn ni beth rydych chi'n feddwl.

Photosymbols®
Publisher Licence 403527247