A picture containing chart

Description automatically generated

Beth yw Eich Ffrind Gorau?

Mae Eich Ffrind Gorau yn brosiect dwy flynedd i roi’r wybodaeth, hyder a theclynnau i fenywod, merched a phobl ifanc anneuaidd i gadw’u hunain a’u ffrindiau yn ddiogel yn eu perthnasoedd canlyn. Mae’n cael ei redeg gan unarddeg o elusennau a sefydliadau creadigol sy’n gweithio law yn llaw â phobl ifanc i sicrhau bod pobl ifanc yn cael gwybodaeth onest, ymarferol maen nhw’n gallu ymddiried ynddi i gadw’u hunain a’u ffrindiau yn ddiogel rhag perthnasoedd gwenwynig neu i’w cael i fan diogel.

Sut y gallwch gymryd rhan trwy geisio am grant

Rydym yn dosbarthu £300,000 mewn grantiau i sefydliadau a grwpiau wedi’u lleoli yn Lloegr a Chymru i greu eu syniadau a’u prosiectau eu hunain sy’n cefnogi nodau Eich Ffrind Gorau. Rydym yn disgwyl rhoi 30-40 grant bach o £1,000 - £10,000 a 6-8 grant mawr rhwng £10,000 a £25,000.

Rydym yn deall y pwysigrwydd o gryfhau lleisiau pobl ifanc, felly bydd penderfyniadau ar ba geisiadau sy’n llwyddiannus yn cael eu gwneud gan dri phanel o bobl ifanc ar draws Cymru a Lloegr.

Darllenwch ymlaen i ddysgu mwy am y prosiect, yr hyn y gallwch geisio amdano a sut i wneud cais.

Yr wybodaeth allweddol yw:

* Ceisiadau yn agored ar **24 Tachwedd 2021**
* Os ydych chi’n ceisio am grant mawr (£10k - £25k), y terfyn amser cyntaf yw 18 Chwefror 2022
* Os ydych chi’n gwneud cais am grant bach, (£1k - £10k) mae hon yn rhaglen dreiglol felly gallwch wneud cais ar unrhyw adeg a byddwn yn asesu’ch cais yn y cyfarfod panel nesaf sydd ar gael. Bydd dyddiadau cyfarfodydd panel yn cael eu hysbysebu ar y wefan. Byddwch yn cael gwybod os ydych wedi bod yn llwyddiannus o fewn 10 diwrnod o gyfarfod y panel. Yn gyffredinol bydd y panel yn cyfarfod pob 6 wythnos.
* Defnyddiwch y porth ymgeisio ar-lein. Os yw’n well gennych, gallwch argraffu eich cais eich hun a’i bostio neu ei e-bostio atom yn [yourbestfriend@safelives.org.uk](mailto:yourbestfriend@safelives.org.uk)

Yr amserlen bresennol ar gyfer ceisiadau yw:

* panel cyntaf grantiau bach: 24 Ionawr 2022 (Bydd unrhyw geisiadau am grantiau bach a dderbynnir o 15/12/2021 yn cael eu trosglwyddo i banel Mawrth)
* terfyn amser grantiau mawr: Dydd Gwener 18 Chwefror
* wythnos yn cychwyn 7 Mawrth – panel grantiau mawr a bach.
* wythnos yn cychwyn 25 Ebrill – panel bach
* ail derfyn amser: 20 Mai 2022
* wythnos yn cychwyn 6 Mehefin = panel grantiau bach a mawr.
* panel grantiau bach = wythnos yn cychwyn 18 Gorffennaf

Pam ei bod yn bwysig

Mae unrhyw un yn gallu cael ei hun mewn perthynas wenwynig – beth bynnag y bo’n cefndir neu lle rydym yn byw. Gallem gael ein magu i feddwl bod ymddygiadau gwenwynig yn arferol, oherwydd y perthnasoedd oedolion rydym yn eu gweld. Neu efallai bod rhywun roeddem yn ymddiried ynddo yn troi allan i beidio â bod pwy roeddem yn meddwl oedden nhw.

Nid yw’n amlwg bob amser beth sy’n wenwynig a beth sydd ddim – yn enwedig os yw pobl yn dweud wrthych eich bod yn anghywir neu’n bod yn orsensitif am rywbeth. Os ydych chi’n pryderu am eich hun neu ffrind, mae’n gallu bod yn wirioneddol anodd i wybod beth i’w wneud.

Er bod llawer o sefydliadau sy’n ymdrin â “chamdriniaeth yn y cartref” efallai nad ydynt yn teimlo fel y lle cywir i chi. Ond nid yw’r ffaith eich bod yn ifanc yn golygu ei fod yn llai difrifol.

Ac rydym yn gwybod ar yr adegau gorau, mae’n anodd i siarad am y pethau hyn a chael cymorth. Mae’n anoddach byth os nad oes gennych yr iaith i’w wneud nac yn adnabod pwy y gallwch siarad â hwy.

Mae Eich Ffrind Gorau yn brosiect lle mae merched, menywod, a phobl anneuaidd wedi ymuno ag 11 elusen i roi gwybodaeth a chyngor onest, ymarferol am:

* beth sy’n iawn a ddim yn iawn
* sut i siarad amdano
* sut i aros yn ddiogel a chanfod diogelwch
* sut i ddiogelu eich ffrindiau a’ch hun

Ar gyfer beth mae’r grantiau:

Fe wnaethom wrando ar gannoedd o ferched, menywod a phobl anneuaidd i ganfod yr hyn maen nhw’n gweld eu ffrindiau’n profi mewn pob mathau o berthnasoedd a’r hyn sy’n atal pobl ifanc rhag gweld ymddygiadau gwenwynig a baneri coch. Fe wnaethant ddweud wrthym beth sy’n eu helpu, neu’n eu hatal rhag ymyrryd os yw eu ffrind mewn perthynas wenwynig a’r hyn fyddai’n gwneud iddynt geisio cyngor proffesiynol.

**Gallwch wneud cais am grant i ddefnyddio’r syniadau hyn yn eich grwpiau a sefydliadau eich hun, neu i ddatblygu’ch syniadau eich hun. Y cwbl y gofynnwn yw fod rhaid i’ch syniad neu brosiect:**

* **gynyddu dealltwriaeth am berthnasoedd iach, afiach a gwenwynig**
* **roi’r wybodaeth a hyder i bobl wybod sut i gadw’u ffrindiau yn ddiogel**

Fe wnaethom drefnu’r hyn a glywsom yn unarddeg **Thema y gallwch ddarllen amdanynt ar ein gwefan** [www.yourbestfriend.org.uk](http://www.yourbestfriend.org.uk)

Yn awr, rydym yn datblygu syniadau ar gyfer pethau mae pobl ifanc yn gallu eu defnyddio i helpu eu ffrindiau. Dyma rai o’r syniadau:

* TikToks cysylltiedig sy’n rhoi gwybodaeth, cynghorion a sgitiau ymarferol gan ddangos yr heriau a wynebir gan bobl LBT+ yn eu perthnasoedd
* fideo masnachol sy’n darparu gwybodaeth ar berthnasoedd, baneri coch a gwyrdd ac awgrymiadau a chynghorion i sefydliadau sy’n gweithio â rhai yn eu harddegau
* ymgyrch Instagram gyda dyfyniadau ynglŷn a sut mae perthynas dda yn edrych er mwyn i chi allu agor eu llygaid
* cyfres syml o bosteri sydd â chodau QR y gallwch daro arnynt i fynd i’r cyngor i’ch helpu i roi cymorth i’ch ffrind ac sy’n dangos baneri coch mewn perthnasoedd y gallech fod yn eu methu ym mherthnasoedd eich ffrind
* Llywiwr Amser i Gamu i Mewn lle rydych yn ateb cwestiynau ie/na sy’n rhoi gwybod i chi pryd mae angen i chi gamu i mewn a beth sydd angen i chi ei wneud i helpu’ch ffrind
* podlediad o bobl ifanc yn sgwrsio am sut i agor llygaid ffrind am eu perthynas

Meddyliwch am beth allai fod yn ffordd dda o godi ymwybyddiaeth am berthnasoedd gwenwynig yn eich cymuned. Allech chi gasglu a rhannu storïau, cael ymgyrch bosteri, ysgrifennu a pherfformio drama neu gân neu redeg digwyddiad?

Beth am sefydlu, neu addasu, grŵp cymorth cymheiriaid yn eich clwb ieuenctid neu ysgol?

Mae gennym ddiddordeb ym mhob syniad da i’ch helpu i gadw’ch hun a’ch ffrindiau’n ddiogel.

**Faint allaf i wneud cais amdano?**

Gallwch wneud cais am grant bach (£1,000 i £10,000) neu grant mawr (£10,000 i £25,000). Gallwch wneud cais am un grant ar y tro yn unig. Gofynnwch am yr arian sydd ei angen arnoch i redeg eich syniad neu brosiect yn unig gan y byddwn yn gofyn i chi am gyllideb syml. Byddwch yn realistig â’r swm rydych yn ceisio amdano a’r dadansoddiad o gyllideb rydych yn ei roi ar eich cais.

**Beth allaf i wneud cais amdano?**

Gallwch wneud cais am grant i ddenyddio’r teclynnau a’r adnoddau mae Eich Ffrind Gorau yn eu creu yn eich cymuned eich hun, neu i ddatblygu syniadau a gweithgareddau eich hun. Dylai’ch syniad neu brosiect ganolbwyntio ar ferched, menywod ifanc a phobl anneuaidd 13-24 oed. Mae gennym ddiddordeb neilltuol mewn cael y teclynnau ac adnoddau hyn i’r rheini na fydd efallai yn canfod y cymorth sydd ei angen arnynt yn hawdd ac sydd ei angen mewn iaith, neu arddull, neu fan lle maen nhw’n teimlo’n ddiogel.

**Beth allaf i ddefnyddio’r arian ar ei gyfer?**

Gallwch ddefnyddio’r grant i dalu am staff, am gymorth proffesiynol (fel dylunydd graffig), i logi lleoliad, talu am argraffu ac ati. Byddwn yn gofyn i chi ddarparu cyllideb syml iawn.

**Beth allaf i ddim gwneud cais amdano?**

Ni fyddwn yn rhoi grantiau i gynhyrchu gwefannau nac Apiau.

Prosiectau sy’n cynnwys bechgyn a dynion ifanc.

Prosiectau sydd ddim yn cynyddu dealltwriaeth am berthnasoedd iach, afiach, a gwenwynig ac yn rhoi’r wybodaeth a’r hyder i fenywod ifanc, merched a phobl anneuaidd i gadw eu ffrindiau’n ddiogel.

Prosiectau â deunyddiau sy’n bodoli eisoes.

Cyllid i gyrchu rhaglenni sy’n bodoli eisoes.

Nid yw grantiau yn gallu cael eu defnyddio ar gyfer gweithgareddau gwleidyddol na chrefyddol.

**Oes unrhyw un yn gallu gwneud cais?**

Rydym yn croesawu ceisiadau gan grwpiau a sefydliadau sy’n cynnwys:

* Ysgolion (timau bugeiliol, mentoriaid cymheiriaid, cymdeithasau ffeministaidd, timau chwaraeon a drama ac ati)
* Colegau a phrifysgolion (undeb myfyrwyr, cymdeithasau, clybiau chwaraeon a drama, timau bugeiliol ac ati)
* Gwasanaethau cymdeithasol ac iechyd wedi’u seilio yn y gymuned (gan gynnwys iechyd rhywiol, beichiogrwydd a chymorth mamau ifanc)
* Elusennau a grwpiau cymunedol (cenedlaethol, rhanbarthol a/neu leol)
* Grwpiau crefyddol
* Clybiau ieuenctid, grwpiau a chymdeithasau (gan gynnwys actifyddiaeth, chwaraeon, drama, cerddoriaeth Sgowtiaid a Geidiau, antur, crefft, grwpiau cymorth ac ati)

Nid yw awdurdodau lleol **yn gallu** ymgeisio

Nid ydym yn gallu rhoi grantiau i unigolion, ond cysylltwch â ni ar [yourbestfriend@safelives.org.uk](mailto:yourbestfriend@safelives.org.uk) os oes gennych syniad a/neu yr hoffech gymryd rhan mewn ffordd arall.

**Sut ydw i’n gwneud cais?**

Gallwch argraffu eich cais eich hun a’i bostio neu ei e-bostio atom yn [yourbestfriend@safelives.org.uk](mailto:yourbestfriend@safelives.org.uk). Rydym am wneud cyflwyno cais mor hawdd â phosibl, felly os hoffech chi gofnodi’r brif adran mewn (YouTube or Vimeo), mae hynny’n hollol iawn. Anfonwch y ddolen atom.

Mae’r panel yn cynnwys pobl ifanc yn bennaf felly sicrhewch fod eich ceisiadau yn gryno mewn ffordd sy’n cynnig gwybodaeth ond yn hygyrch i bobl ifanc.

FAO: Your Best Friend fund administrator

SafeLives

Suite 2a, Whitefriars

Lewins Mead

Bristol

BS1 2NT

**Pryd fyddaf i’n clywed os yw fy nghais wedi bod yn llwyddiannus?**

Bydd penderfyniadau’n cael eu gwneud gan 3 Panel Grant sy’n bobl ifanc yn bennaf a byddant wedi’u lleoli yn Ne Lloegr, Gogledd Lloegr ac yng Nghymru. Rydym yn anelu at roi penderfyniad rhwng 4-6 wythnos ar ôl derbyn eich cais.

**Os ydw i’n llwyddiannus, beth sydd angen i mi ei wneud?**

Byddwn yn eich e-bostio i gadarnhau eich grant a’i dalu i mewn i’r cyfrif banc rydych wedi ei roi i ni. I grantiau mawr, byddwn yn cadw 10% o gyfanswm y grant hyd y derbyniwn eich adroddiad Diwedd Grant. I bob grant, byddwn yn eich e-bostio ag arolwg syml yn achlysurol fel y gallwch ddweud wrthym beth rydych yn ei wneud a sut mae’n helpu. Os ydych chi’n llwyddiannus, byddwn yn anfon rhai awgrymiadau atoch ar gyfer sut y gallwch gasglu pethau fydd yn eich helpu i adrodd stori am beth wnaeth eich prosiect a’r hyn a gyflawnodd.

**Os oes angen rhagor o wybodaeth arnoch neu fod gennych gwestiynau ychwanegol cyn gwneud cais, e-bostiwch ni** [**yourbestfriend@safelives.org.uk**](mailto:yourbestfriend@safelives.org.uk)