Cynlluniau Cymhwyster Hyfforddiant Mynydd

Gwybodaeth am y cynlluniau a sut i gofrestru ynghyd â rhestr o gyhoeddiadau defnyddiol

Ar gyfer y cymwysterau
Dringen Sengl
Arweinydd Grwpiau Cerdded
ac Arweinydd Mynydd

Cymwysterau Mynydda'r DU

PROFIAD PERSONOL

CYMHWYSTER DRINGEN SENGL
Tud. 3

CYMHWYSTER ARWEINYDD MYNYDD
Tud. 5

CYMHWYSTER ARWEINYDD GRWPIAU CERDDED
Tud. 4

CYMHWYSTER ARWEINYDD MYNYDD RHYNGWLADOL
Tud. 11

CYMHWYSTER ARWEINYDD MYNYDD GAEAF
Tud. 11

CYMHWYSTER HYFFORDDWR MYNYDDA
Tud. 11

TYSTYSGRIF HYFFORDDWR MYNYDDA
Tud. 11

TYWYSYDD IFMGA
Tud. 11

DATBLYGIAD PERSONOL A PHROFFESIYNOL PARHAUS

Sut mae ennill cymhwyster?

- **Cofrestru:** Mae'n rhaid i chi gofrestru cyn y cewch chi fynychu cwrs hyfforddi neu asesu unrhyw gynllun. Unwaith y byddwch chi wedi cofrestru ar gyfer eich cynllun mi fyddwn ni'n anfon llyfr log, eich rhif cofrestru personol a llawlyfr y cynllun atoch chi. Bydd gwybodaeth bellach ynglŷn â Darparwyr Cwrs cymeradwy a dyddiadau cyrsiau i'w chael gan y Byrddau Hyfforddi cenedlaethol.
- **Cyrsiau hyfforddi:** Ar bob cwrs hyfforddi mi fyddwch chi'n derbyn hyfforddiant ymarferol gan staff hyfforddi fydd wedi eu cymeradwyo yn arbennig at y pwrpas. Os oes gennych chi ddigon o brofiad perthnasol does dim rhaid i chi ddilyn cwrs hyfforddiant (i wybod sut i gael eich eithrio o'r hyfforddiant, ewch i dudalen 14).
- **Cyfnod cadarnhau:** Dydi cwrs hyfforddi ynddo'i hun ddim yn ddigon i droi pobl yn arweinwyr effeithiol ac fe all gymryd peth amser i gadarnhau'r syniadau a'r sgiliau a gafwyd yn ystod yr hyfforddiant. Mae hyd y cyfnod cadarnhau'n amrywio yn ôl profiad a gallu'r unigolyn.
- **Asesu:** Mae asesu'n rhan orfodol o broses cymhwyso pob un o'r cymwysterau. Does yna neb yn cael eithrio o'r asesu.

Mae atebion i rai o'r cwestiynau sy'n cael eu gofyn yn fwyaf aml ynglŷn â'r cymwysterau i'w cael ar dudalennau 14 ac 15.

Y Cymhwyster Dringen Sengl (CDS)

Mae CDS yn cymhwyso rhywun i oruchwylio pobl ar greigiau a waliau dringo dringen sengl (single pitch). Mae angen mwy na sgiliau dringo da i ennill y cymhwyster yma. Bydd ein Darparwyr Cwrs yn eich dysgu chi sut i reoli grwpiau'n briodol mewn sefyllfaoedd awyr agored a rhai dan do, yn eich dysgu chi am gwrteisi ar y graig, am eich cyfrifoldebau amgylcheddol a llawer mwy. Mi fyddwch chi'n dysgu sut i fod yn oruchwyliwr effeithiol sy'n annog pobl i fwynhau eu dringo mewn ffordd ddiogel, ac yn gwella rhai o'ch sgiliau dringo eich hun ar yr un pryd.

Gofynion cofrestru

- Mae'n rhaid i chi fod yn 18 oed neu'n hŷn gydag o leiaf 12 mis o brofiad dringo
- Mae'n rhaid i chi fod yn Aelod o Gyngor Mynydda - fel unigolyn neu fel aelod o glwb (mae modd ymuno â Chyngor Mynydda am bris gostyngol wrth gofrestru ar gyfer un o'r cynlluniau cymhwyso – gweler y ffurflen gofrestru amgaeedig).

Hyfforddi

Er mwyn cael mynychu cwrs hyfforddi mae'n rhaid i chi fod wedi arwain o leiaf pymtheg (15) o ddringfeydd graddedig yn yr awyr agored lle fyddwch chi fel arweinydd wedi gosod yr offer gwarchod yn ei le. Mae cyrsiau hyfforddi'n cynnwys o leiaf ugain (20) awr o amser cyswllt (ar o leiaf dau ddiwrnod ar ôl ei gilydd ac fel arfer ar ffurf cwrs penwythnos dwys). Mae Darparwyr yn darparu cyrsiau drwy gydol y DU a mwy neu lai drwy'r flwyddyn. Os oes gennych chi swm eithriadol o brofiad fe allwch chi wneud cais i gael eich eithrio o'r cwrs hyfforddi (gweler tudalen 14).

Cadarnhau

Ar ddiwedd eich cwrs hyfforddi bydd y staff hyfforddi'n eistedd efo chi i greu cynllun gweithredu personol fydd yn amlinellu beth fydd yn rhaid i chi ei wneud yn ystod y cyfnod cadarnhau (cyfnod o o leiaf chwe mis fel arfer).

Asesu

Mae cwrs asesu'n para o leiaf ugain (20) awr ac yn asesu gallu dringo personol, sgiliau goruchwylio grŵp a'r defnydd o waliau dringo.

Cyn cymryd cwrs asesu mae'n rhaid i chi fod wedi arwain o leiaf deugain (40) o ddringfeydd awyr agored lle mae'r offer gwarchod wedi ei osod gennych chi'r arweinydd. Mae'n rhaid i rai o'r dringfeydd yma fod yn rhai gradd Caled (Severe) neu uwch ac ar wahanol fathau o graig (rhai ar galchfaen, rhai ar wenithfaen, ayb). Mae'n rhaid i chi fod wedi cwblhau cwrs hyfforddi CDS hefyd neu wedi eich eithrio o'r hyfforddiant ac mae'n rhaid bod gennych chi gymhwyster Cymorth Cyntaf priodol a dilys.

Dringfeydd dringen sengl

Mae dringfa dringen sengl, i bwrpasau'r cynllun CDS, yn golygu:

- dringfa hyd un rhaff h.y. un y mae rhywun yn ei ddringo heb fod angen symud o un llwybr dringo i un arall ar ganol y ddringfa (dringfa heb 'intermediate stances')
- dringfa y mae'r arweinlyfr yn ei ddisgrifio fel dringfa dringen sengl
- ei bod yn bosib bob amser gollwng y dringwr ar ei raff o'r graig i'r llawr
- nad oes yna unrhyw berygl allanol mawr, er enghraifft, oddi wrth lanw'r môr
- nad ydi lleoliad y ddringfa'n un sy'n codi anawsterau o ran ei gyrraedd a'i adael, o ran cyfeiriannu yno neu sy'n gofyn sgramblo i'w gyrraedd

Mae'n rhaid i fwyafrif dringfeydd yr ymgeiswyr fod yn y DU neu'r Iwerddon.

Y Cymhwyster Arweinydd Grwpiau Cerdded (AGC)

Mae hwn yn gymhwyster ar gyfer pobl sydd am arwain grwpiau cerdded dan amodau haf mewn ardaloedd anfynyddig y mae pobl yn cyfeirio atyn nhw fel, er enghraifft, bryniau, ucheldir, rhostir, tir mawn a thir cors. Mae'r tywydd mewn ardaloedd o'r fath yn gallu bod yn arw ac o'r herwydd mae angen rhywfaint o allu i weithio'n annibynnol. Bwriad y cynllun ydi'ch cynorthwyo chi i ddatblygu'r sgiliau a'r profiad angenrheidiol.

Gofynion cofrestru

- Mae'n rhaid i chi fod yn 18 oed neu'n hŷn gyda deuddeng (12) mis o brofiad cerdded mewn ardaloedd fel y rhai uchod.
- Mae'n rhaid i chi fod yn aelod o Gyngor Mynydda - fel unigolyn neu fel aelod o glwb (mae modd ymuno â Chyngor Mynydda am bris gostyngol wrth gofrestru ar gyfer un o'r cynlluniau cymhwyso – gweler y ffurflen gofrestru amgaeedig).
- Mae'n rhaid bod gennych chi ddiddordeb mewn arwain grwpiau

Hyfforddi

Er mwyn cael mynychu cwrs hyfforddi mae'n rhaid i chi fod wedi cael a chofnodi yn eich llyfr log o leiaf ugain (20) niwrnod o gerdded o safon (gweler tudalen 5). Mae yna gyrsiau cymeradwy'n cael eu rhedeg yn ardaloedd ucheldir y DU drwy gydol y flwyddyn. Mae'r cyrsiau'n cymryd sawl ffurf ond yn cynnwys o leiaf deng awr ar hugain (30 awr) o amser cyswllt. Mae'r cyrsiau'n ymdrin â sgiliau cyfeiriannu (navigation), rheoli grŵp, amgylchedd yr ucheldir, a gwersylla dros nos (dydi gwersylla yn y gwyllt ddim yn rhan o'r cwrs). Os oes gennych chi swm eithriadol o brofiad fe allwch chi wneud cais i gael eich eithrio o'r cwrs hyfforddi (gweler tudalen 14). Mae ymgeiswyr sydd eisoes wedi cwblhau cwrs hyfforddi Arweinydd Mynydd yn cael eithrio o hyfforddiant AGC cyn belled â'u bod nhw wedi cofrestru ar gyfer cynllun AGC cyn mynychu'r cwrs asesu.

Cadarnhau

Ar ddiwedd eich cwrs hyfforddi bydd y staff hyfforddi'n eistedd efo chi i greu cynllun gweithredu personol fydd yn amlinellu beth fydd yn rhaid i chi ei wneud yn ystod y cyfnod cadarnhau (cyfnod o o leiaf chwe mis fel arfer).

Asesu

Mae cwrs asesu'n cynnwys o leiaf deng awr ar hugain (30 awr) o amser cyswllt. Mae'n rhaid i chi fod wedi cwblhau o leiaf deugain (40) niwrnod o ddyddiau cerdded o safon. Mae'n rhaid i chi hefyd fod â chymhwyster Cymorth Cyntaf priodol a dilys. Mae'n rhaid i chi fod wedi cwblhau cwrs hyfforddi AGC neu fod wedi eich eithrio ohono. Mae ymgeiswyr sydd eisoes wedi cwblhau cwrs hyfforddi Arweinydd Mynydd yn cael mynychu cwrs asesu AGC cyn belled â'u bod nhw wedi eu cofrestru ar gyfer y cynllun hwnnw.

Arweinydd Mynydd (AM) neu Arweinydd Grwpiau Cerdded (AGC)?

Mae bod yn AM yn golygu gwersylla yn y gwyllt, gweithio ar lechweddau serth a pheth gwaith gyda rhaffau. Dydi gwaith AGC ddim yn gofyn am weithio ar dir serth neu greigiog ac mae'r gwersylla dros nos yn wersylla mewn dyffryn neu fwthyn mynydd hawdd ei gyrraedd. Mae disgwyl i ymgeiswyr AGC allu cyfeiriannu gyda'r un cywirdeb ag ymgeiswyr AM ond ar rostir yn hytrach nag ar fynyddoedd. Mae AGC yn gweithio ar dir sydd wedi ei ddiffinio gan ffiniau amlwg, er enghraifft ffyrdd a glannau môr, ac mae'r peryglon yno'n rhai hawdd eu hadnabod a'u hosgoi.

Y Cymhwyster Arweinydd Mynydd (AM)

Mae mynyddoedd y DU yn ddiarffordd, yn dechnegol anodd ac yn cael tywydd garw sy'n aml yn anodd ei ragweld. Mae hyn yn eu gwneud nhw'n llefydd peryglus i bobl sy'n newydd i gerdded mynydd. Mae'r cymhwyster yma wedi ei lunio fel cymorth i arweinwyr cyfrifol sydd am weithio yn y mynyddoedd dan amodau haf. Mae cyrsiau AM yn datblygu eich sgiliau rheoli grŵp, eich gallu i gyfeiriannu mewn amgylchiadau o bob math, eich gallu i ddelio â pheryglon y mynydd (yn cynnwys llechweddau serth) a'ch ymwybyddiaeth o faterion amgylcheddol. Mae'r cynllun yn cynnwys elfen o waith alldaith hefyd.

Gofynion cofrestru

- Mae'n rhaid i chi fod yn 18 oed neu'n hŷn gyda deuddeng (12) mis o brofiad o gerdded mynydd.
- Mae'n rhaid i chi fod yn Aelod o Gyngor Mynydda - fel unigolyn neu fel aelod o glwb (mae modd ymuno â Chyngor Mynydda am bris gostyngol wrth gofrestru ar gyfer un o'r cynlluniau cymhwyso – gweler y ffurflen gofrestru amgaeedig).
- Mae'n rhaid i chi fod â diddordeb mewn arwain grwpiau.

Hyfforddi

Er mwyn cael mynychu cwrs hyfforddi mae'n rhaid i chi fod wedi cael a chofnodi yn eich llyfr log o leiaf ugain (20) o ddyddiau o safon yn y mynyddoedd. Mae'r cyrsiau hyfforddi'n cynnwys o leiaf trigain (60) awr o amser cyswllt (fel arfer dros chwe niwrnod ar ôl ei gilydd neu mewn cyfres o benwythnosau). Mae yna gyrsiau cymeradwy'n cael eu rhedeg yn ardaloedd mynyddig y DU mwy neu lai drwy gydol y flwyddyn. Os oes gennych chi swm eithriadol o brofiad fe allwch chi wneud cais i gael eich eithrio o'r cwrs hyfforddi (gweler tudalen 14).

Cadarnhau

Ar ddiwedd eich cwrs hyfforddi bydd y staff hyfforddi'n eistedd efo chi i greu cynllun gweithredu personol fydd yn amlinellu beth fydd yn rhaid i chi ei wneud yn ystod y cyfnod cadarnhau yma (cyfnod o o leiaf deuddeng (12) mis fel arfer).

Asesu

Mae'n rhaid i gwrs asesu gynnwys o leiaf trigain (60) awr o amser cyswllt (dros bum neu chwe niwrnod ar ôl ei gilydd neu wedi ei rannu'n ddwy sesiwn o dri diwrnod yr un). Mae'n rhaid i chi fod wedi cwblhau o leiaf deugain (40) o ddyddiau o safon yn y mynyddoedd. Mae'n rhaid i chi fod wedi cwblhau cwrs hyfforddi AM neu fod wedi eich eithrio o'r hyfforddiant ac mae'n rhaid i chi fod â chymhwyster Cymorth Cyntaf priodol a dilys.

Dyddiau o safon yn y mynyddoedd

Mae'r profiadau sy'n cyfrannu at ddatblygiad ac aeddfedrwydd y mynyddwr yn cynnwys nifer o elfennau. Ymhlith y rhain fyddai:

- bod yr unigolyn dan hyfforddiant wedi cynorthwyo gyda'r cynllunio a'r arwain.
- bod angen delio ag amgylchiadau anodd ac o ganlyniad bod sgiliau cyfeiriannu'n cael eu defnyddio lle nad oes yna lwybrau.
- bod y profiad yn brofiad o dir a thywydd mynyddoedd y DU ac Iwerddon neu debyg.
- bod yna sylw i ddiogelwch a bod yr unigolyn yn cynyddu yn ei wybodaeth ac yn ymarfer ei sgiliau.
- bod y daith yn daith pum awr neu fwy ar gyfer dyddiau AM a phedair awr neu fwy ar gyfer dyddiau AGC.
- esgyn mynydd o bwys (fel arfer yn rhan arferol o ddiwrnod AM safonol).

Y Gymdeithas Hyfforddi Arweinwyr Mynydd (y GHAM)
www.mlta.co.uk

Dyma gymdeithas yr arweinwyr dringo a cherdded.

Nod y GHAM ydi sicrhau cyfathrebu da rhwng arweinwyr mynydd a'r Byrddau Hyfforddiant fel bod ei haelodau'n cael y wybodaeth ddiweddaraf ynglŷn â datblygiadau ym maes hyfforddiant mynydd. Un o amcanion y Gymdeithas ydi darparu cyfleoedd hyfforddi addas ar ffurf gweithdai a seminarau.

Aelodaeth
Mae Aelodaeth Lawn yn agored i arweinwyr sydd wedi pasio cwrs asesu cymhwyster cenedlaethol un o Fyrddau Hyfforddiant Mynydd y DU, hynny yw, y Cymhwyster Dringen Sengl (SPA), y cymhwyster Arweinydd Grŵp Cerdded (WGL), y cymwysterau Arweinydd Mynydd ac Arweinydd Mynydd Gaeaf, a chymwysterau uwch.

Mae Aelodaeth Cysylltiol yn agored i arweinwyr sydd wedi cofrestru ar gyfer unrhyw un o'r cymwysterau uchod ond sydd eto i basio'r cwrs asesu.

Yr hyn sydd i'w gael o fod yn aelod:

- Cyfle i siarad ag aelodau eraill, i rannu syniadau a phryderon ac i ddweud eich dweud mewn Fforwm bywiog
- Cyfle i bori drwy Lyfrgell o erthyglau amserol ac arbenigol
- E-lythyrau rheolaidd, llawn gwybodaeth
- Gweithdai Hyfforddiant Pellach a Digwyddiadau Cenedlaethol cysylltiedig
- Bwrdd Hysbysu ar gyfer arweinwyr sy'n chwilio am waith
- Blaenoriaeth wrth geisio gwybodaeth o'r ddesg gymorth
- Yswiriant a chyngor ar yswiriant ar gyfer gweithgareddau aelodau
- Prisiau gostyngol ar ddillad ac offer

A hefyd
Mae'r GHAM yn cael ei redeg o swyddfeydd Hyfforddi Arweinwyr Mynydd ym Mwthyn Siabod, Capel Curig ac mae gan aelodau'r Gymdeithas gysylltiad uniongyrchol â Swyddog Technegol yno fydd yn delio gyda'u holl gwestiynau gyda chymorth aelodau staff eraill sy'n hynod brofiadol yn y maes.

Sut mae ymuno?
Llenwch y ffurflen gofrestru amgaeedig, neu ewch i www.mlta.co.uk ac ymunwch ar-lein.

Y Gymdeithas Hyfforddi Arweinwyr Mynydd

Y GHAM, Bwthyn Siabod, Capel Curig, Sir Conwy LL24 0ES. Ffôn: 01690 720272 E-bost: info@mlta.co.uk www.mlta.co.uk

Darllenwch y cyfarwyddiadau'n ofalus

Mae gweithgareddau awyr agored yn cynnwys elfen o risg. Mae bryniau, rhostiroedd, mynyddoedd a chreigiau'r DU yn gallu cuddio pob math o berygl. Yn ffodus, i'r rhan fwyaf ohonom ni mae'r profiadau a'r teimladau sydd i'w cael yn yr awyr agored yn gorbwyso unrhyw berygl y gallem ni fod yn ei wynebu. Fel arweinydd neu hyfforddwr awyr agored, gwirfoddol neu broffesiynol, mi fyddwch chi mewn sefyllfa unigryw. Hynny yw, mi fydd gennych chi'r gallu i leihau'r perygl a chynorthwyo pobl i gael y mwynhad mwyaf posib o'u profiad. I allu gwneud hynny bydd angen i chi ddatblygu eich profiad fel arweinydd, a'ch gwybodaeth a'ch dealltwriaeth. Pa bynnag agwedd o hyfforddiant mynydd sydd o ddiddordeb i chi mae gennym ni lyfr ar ei gyfer o fydd yn datblygu'ch gwybodaeth a'ch technegau yn yr agwedd honno.

Mae llyfr Libby Peter *Rock Climbing* yn gymorth amhrisiadwy i unrhyw un sydd am arwain dringfeydd dringen sengl, ac yn un y bydd deiliaid y Cymhwyster Dringen Sengl yn dal i bori ynddo, hyd yn oed ar ôl iddyn nhw gymhwyso. Mae llyfr yr Ymddiriedolaeth Hyfforddi Mynydd *Hillwalking* yn llawn o wybodaeth, cyngor ac awgrymiadau i'ch arwain drwy eich cyrsiau Arweinydd Grwpiau Cerdded ac Arweinydd Mynydd ac mi fydd yn ysbrydoliaeth ac yn arweiniad i chi'n hir ar ôl i chi gymhwyso. Yn olaf, mae'r llawlyfr newydd, *Winter Skills*, heblaw am fod yn anhepgor i unrhyw un sydd am ennill cymhwyster Arweinydd Mynydd Gaeaf, yn llyfr defnyddiol a difyr ar gyfer pawb sydd am fentro i'r mynydd dan amodau gaeaf.
Mae'r tri llyfr i'w cael yn uniongyrchol o HAMDU (MLTUK) – llenwch y ffurflen sy'n dod efo'r llyfryn yma – neu o'n gwefan www.mltuk.org

Hyfforddi Arweinwyr Mynydd y DU

HAMDU, Bwthyn Siabod, Capel Curig, Sir Conwy LL24 0ES Ffôn: 01690 720272 E-bost: info@mltuk.org www.mltuk.org

Cyhoeddiadau defnyddiol

Hillwalking Steve Long (HAMDU 2003)
I fwynhau'r cerdded mynydd gorau mae angen pob math o sgìl: cyfeiriannu, y gallu i gerdded dros bob math o dir, y gallu i adnabod ac osgoi peryglon. Ymhlith amcanion pwysicaf y llyfr yma mae cynorthwyo cerddwyr i ddatblygu'r sgiliau, y dechneg a'r craffter y mae arnyn nhw eu hangen yn y mynyddoedd. Mae'r rhain yn cael eu cyflwyno fel dilyniant, o gerdded ar lwybrau ffurfiol i gyfeiriannu'n llwyddiannus ar dir anodd di-lwybr. Mae prif benodau'r llyfr yn ymdrin â chyfeiriannu ac offer, deall yr amgylchedd ac adnabod ei beryglon (yn cynnwys y wybodaeth ddiweddaraf ar drin peryglon dŵr), rheoli risg, sgiliau arwain ac alldaith (yn cynnwys goruchwylio grwpiau o bell), deddfwriaeth mynediad a sgiliau rhaff. Mae *Hillwalking* hefyd yn llawlyfr swyddogol y cynlluniau Arweinydd Grwpiau Cerdded ac Arweinydd Mynydd. I gerddwyr a mynyddwyr mae hwn yn llyfr darllenadwy, diweddar, llawn lluniau a hanfodol.

Rock Climbing – Essential Skills and Technique Libby Peter (HAMDU 2004)
Pa bynnag fath o ddringwr ydych chi, y math sy'n byw i ddringo neu'r math sy'n gweld dringo'n ffordd hamddenol o dreulio amser gyda'i ffrindiau, mae'r llyfr yma ar eich cyfer chi. Mae o'n adnodd delfrydol ar gyfer pobl sy'n mynd i ddringo am y tro cyntaf, ond mae o hefyd yn cynnwys gwybodaeth ar gyfer dringwyr cymwys sy'n awyddus i wella eu sgiliau technegol, eu diogelwch a'u hyder. Mae'r llyfr yn ymdrin â phob agwedd o ddringo dringen sengl (single pitch) ac aml-ddringen (multi pitch), o sgiliau symud a chreiga (bowldro) yn yr awyr agored a dan do, disgynnu (descending) o ddringfa, datrys problemau, yr amgylchedd dringo a hanes a datblygiad dringo fel camp. Mae *Rock Climbing* hefyd yn llawlyfr swyddogol y cynlluniau Cymhwyster Dringen Sengl a Chymhwyster Hyfforddwr Mynydda. Mae o'n gyfeirlyfr darllenadwy, diweddar, llawn lluniau a hanfodol i ddringwyr a mynyddwyr.

Winter Skills – Essential Walking and Climbing Techniques Andy Cunningham ac Allen Fyffe (HAMDU 2006)
Llyfr sy'n ymdrin â phob agwedd o fynydda, cerdded mynydd a dringo yn y gaeaf. Mae o'n llyfr i bawb sydd am fentro allan yn ystod y gaeaf, p'un ai ydyn nhw'n mynd am y tro cyntaf neu'n bobl fwy profiadol sydd am wella eu sgiliau technegol. Mae'r llyfr yn ymdrin â phopeth o gyfeiriannu yn y gaeaf, technegau dringo, bod yn ymwybodol o afalansiau, trefniadau argyfwng, sgiliau rhaff syml a chymhleth i gerddwyr a dringwyr, yr amgylchedd yn y gaeaf ac offer hanfodol. Mae o'n llawlyfr swyddogol y Cymhwyster Arweinydd Mynydd Gaeaf a'r Tystysgrif Hyfforddwr Mynydda. Cyfeirlyfr hanfodol, yn llawn o luniau, diagramau arbenigol a mapiau.

Mountaincraft and Leadership Eric Langmuir (MLTE ac MLTS 3ydd Argraffiad Diwygiedig 2004)
Cyfeirlyfr amhrisiadwy ar gyfer pawb o'r cerddwr mynydd newydd i'r mynyddwr profiadol. Mae'r llyfr cynhwysfawr yma'n llawn o wybodaeth werthfawr ac wedi ei ystyried ers talwm yn werslyfr safonol i bawb sy'n cymryd rhan mewn gweithgareddau mynydda. Mae o'n ymdrin ac yn rhoi cyngor ynglŷn ag ystod eang o faterion - yn cynnwys penodau ar Gyfeiriannu, Bwyd a Maethiant, Diogelwch ar Lechweddau Serth, Sgiliau Arwain a Thechneg Rhew ac Eira. Wedi ei ddiweddaru'n ddiweddar i gynnwys manylion Deddfwriaeth Mynediad newydd y DU.
Wedi ei ddarlunio drwyddo gyda diagramau cam wrth gam ac yn cynnwys atodiadau gwerthfawr a mynegai cynhwysfawr.

Safety on Mountains (y BMC ac MLTE 2000)
Fideo wedi ei baratoi ar gyfer pobl sy'n dechrau cerdded mynydd ac yn cynnwys cyngor a gwybodaeth ar sgiliau angenrheidiol. Mae o'n dilyn hynt a helynt criw bychan o gerddwyr mynydd newydd wrth iddyn nhw ddysgu sgiliau newydd a chael profiad o wahanol fathau o dir ac amgylchiad.

Water Hazards in the Mountains (SMSF 2002)
Fideo sy'n canolbwyntio ar beryglon nentydd ac afonydd yn y mynyddoedd, ar y technegau y byddai rhywun yn eu defnyddio i asesu'r risg cysylltiedig â nhw ac ar ffyrdd priodol o'u croesi. Mae o'n arbennig o addas ar gyfer pobl sy'n ymwneud â'r cynllun Arweinydd Mynydd.

Water Safety for Walkers (SMSF 2002)
Fideo wedi ei baratoi ar gyfer bobl ifanc sy'n cymryd rhan mewn alldeithiau megis rhai Cynllun Dug Caeredin a phobl sy'n ymwneud â'r cynllun Arweinydd Grwpiau Cerdded. Mae o'n codi ymwybyddiaeth o beryglon nentydd ac afonydd mewn llefydd mynyddig.

Climbing rock (y BMC 1999)
Fideo a llyfryn ar gyfer dringwyr brwdfrydig o bob gallu. Yr amcan ydi datblygu sgiliau, dealltwriaeth o beryglon, a chyfrifoldeb personol er mwyn i ddringwyr allu gwneud y gorau o'u hamser ar y creigiau. Yn dilyn dau ddringwr drwy dymor dringo cyffredin ac yn tynnu sylw'r gwyliwr at gamgymeriadau cyffredin.

Care and Maintenance (y BMC 2002)
Llyfryn a luniwyd gan aelodau o Bwyllgor Technegol y BMC sy'n ymdrin ag offer dringo. Mae o'n trafod safonau ar gyfer offer, traul ac offer yn methu, trefn wirio, a chyngor ar sut i ofalu am offer o bob math, o gramponau a slingiau i raffau a helmedau.

MTLE – Remote Supervision Guidance Notes (MTLE 2005)
Llyfryn cryno pedair tudalen ar ddeg yn disgrifio'r arfer cyfredol ynglŷn â goruchwylio grwpiau sy'n ymgymryd ag alldeithiau annibynnol. Mae o wedi ei fwriadu ar gyfer yr arweinydd sydd â chyfrifoldeb dros hyfforddiant a rheolaeth grwpiau sydd i weithredu'n annibynnol. Mae o'n cynnwys trafodaeth o faterion megis hyfforddiant a chynllunio llwybr taith ac yn rhoi sylw i rai o'r dulliau goruchwylio o bell sy'n cael eu defnyddio.

MLTE – Climbing Wall Guidance Notes (MLTE 2006)
Llyfryn sy'n amlinellu dulliau o sefydlu a gweinyddu cynllun achredu safle-benodol ar gyfer staff sy'n gweithio gyda grwpiau ar wal ddringo. Mae o wedi ei fwriadu ar gyfer canolfannau, ysgolion ac ati sy'n bwriadu cael a defnyddio eu wal eu hunain.

MLTE a Don Mabbs - Disability in Rock Climbing (MLTE 2006)
Llyfryn yn cynnwys darluniau sy'n seiliedig ar y gweithdai llwyddiannus gafodd eu cynnal ers rhai blynyddoedd gan Don Mabbs a'i gydweithwyr. Mae'r llyfryn yn edrych sut y byddwn ni'n gweithio gyda phobl sydd ag anghenion arbennig ac ar y math o addasu sydd ei angen ar dechnegau ac offer er mwyn ei gwneud hi'n bosib cynnal sesiynau dringo gyda nhw.

Mae tudalennau a chloriau newydd ar gyfer Llyfrau Log y cynlluniau AGD, AM a CDS i'w cael o'r Byrddau Hyfforddi cenedlaethol. Cysylltwch â nhw i gael gwybod beth sydd ar gael a'u prisiau.

DVD Winter Essentials
Sgiliau a Thechnegau Mynydda yn y Gaeaf

“Ffilm sy’n darlunio holl harddwch a her yr amgylchedd mynydda yn y gaeaf tra’n egluro’r sgiliau a’r penderfyniadau hynny sydd mor bwysig ar y mynydd dan amgylchiadau o’r fath. Y nesaf peth at fod yno!”

Martin Doyle – Prif Weithredwr y Ganolfan Mynydda Cenedlaethol, Plas y Brenin

Bydd DVD Winter Essentials yn ysbrydoliaeth ac yn addysg i bawb sydd am fentro allan i’r mynyddoedd yn y gaeaf. Ffilm llawn o wybodaeth a chyngor ar y sgiliau a’r technegau sydd eu hangen i fod yn ddiogel, sy’n dilyn gwahanol bobl yn mynydda ac yn dringo yn y gaeaf ym mynyddoedd yr Alban.

Yn cynnwys penodau ychwanegol o wybodaeth ar sgiliau a thechnegau penodol megis cyfeiriannu, cramponau, picasau rhew (ice axes), gosod belai gyda phicas rew, clymbyst eira (snow bollards), hunan-ataliad (self arrest), bod yn ymwybodol o afalansiau, trefniadau argyfwng, dillad, offer a phynciau llosg cyfredol.

Ar gael o Hyfforddi Arweinwyr Mynydd

Cymwysterau pellach

Cymhwyster Arweinydd Mynydd Gaeaf – AM Gaeaf (ML(G))

Cynllun i hyfforddi ac asesu pobl yn y sgiliau sy'n angenrheidiol i arwain grwpiau cerdded mynydd dan amodau gaeaf. Mae'r cymhwyster yn cael ei weinyddu gan Hyfforddi Arweinwyr Mynydd yr Alban, MLTS, ac mae o'n ddilys ymhobman yn y DU a'r Iwerddon.
Mae'n rhaid bod yn ugain (20) oed neu'n hŷn wrth gofrestru. Cyn cael cofrestru mae'n rhaid i ymgeiswyr fod wedi ennill cymhwyster Arweinydd Mynydd ac wedi ymgymryd ag o leiaf ugain (20) o ddyddiau gaeaf o safon yn y mynyddoedd a'r rheiny mewn o leiaf tri gwahanol ardal o'r DU. Mae yna o leiaf chwe (6) niwrnod o hyfforddiant a phum (5) niwrnod o asesu. Mae'r cyrsiau'n ymdrin â deall eira ac afalansiau, llochesi argyfwng a thyllau eira, sgiliau picas rew a chramponau, diogelwch ar lechweddau serth, anafiadau tywydd oer, cyfeiriannu, tywydd y gaeaf, yr amgylchedd, a sgiliau alldaith. Mae'n rhaid bod â thystysgrif Cymorth Cyntaf priodol a dilys adeg yr asesiad. Mwy o fanylion gan MLTS (gweler y dudalen gefn).

Cymhwyster Arweinydd Mynydd Rhyngwladol – AM Rhyngwladol (IML)

Cynllun i hyfforddi ac asesu pobl yn y sgiliau sydd eu hangen i arwain grwpiau ar deithiau hir dros dir analpaidd (non-Alpine), ac yn cynnwys tir bryniog eang Sgandinafaidd ei natur yn yr eira. Mae'r cymhwyster yn cael ei weinyddu gan Hyfforddi Arweinwyr Mynydd y DU (MLTUK) ac mae o'n ddilys drwy'r Undeb Ewropeaidd a thu hwnt. Cyn cael cofrestru mae'n rhaid i ymgeiswyr fod wedi ennill cymhwyster Arweinydd Mynydd, wedi derbyn hyfforddiant Arweinydd Mynydd Gaeaf ac wedi cael profiad sylweddol o gerdded mynydd tramor. Mae yna bedwar (4) diwrnod o hyfforddiant a phum (5) niwrnod o asesu ac mae'n rhaid i ymgeiswyr fod â thystysgrif Cymorth Cyntaf priodol a dilys. Mwy o fanylion gan HAMDU.

Cymhwyster Hyfforddwr Mynydda – Cymhwyster HM (MIA)

Cynllun i hyfforddi ac asesu pobl yn y sgiliau sydd eu hangen i fod yn hyfforddwr mynydda dan amodau haf, yn cynnwys pob agwedd o ddringo. Mae'r cymhwyster yn cael ei weinyddu gan Hyfforddi Arweinwyr Mynydd y DU ac mae o'n ddilys bobman yn y DU a'r Iwerddon. Cyn cael cofrestru mae'n rhaid i ymgeiswyr fod wedi ennill Cymhwyster Arweinydd Mynydd. Hefyd mae angen iddyn nhw fod wedi cael profiad eang o ddringo aml-ddringen (multi-pitch) o safon Caled Iawn (VS) 4c neu uwch a phrofiad sylweddol o arwain grwpiau ers ennill eu cymhwyster AM. Mae yna naw (9) diwrnod o hyfforddiant a phum (5) niwrnod o asesu. Mae'r hyfforddiant a'r asesu'n ymdrin â sgiliau dringo personol, dysgu sut i arwain, achub byr-fyfyr (improvised rescue), yr amgylchedd mynyddig a sgramblo. Mae'n rhaid i ymgeiswyr fod â thystysgrif Cymorth Cyntaf priodol a dilys. Mwy o fanylion gan HAMDU.

Tystysgrif Hyfforddwr Mynydda – Tystysgrif HM (MIC)

Cynllun i hyfforddi ac asesu pobl yn y sgiliau sydd eu hangen i fod yn hyfforddwr mynydda gaeaf, yn cynnwys dringo creigiau eira a rhew. Mae'r cymhwyster yn cael ei weinyddu gan Hyfforddi Arweinwyr Mynydd y DU ac mae o'n ddilys bobman yn y DU a'r Iwerddon. Cyn cael cofrestru mae'n rhaid bod â chymwysterau Hyfforddwr Mynydd ac Arweinydd Mynydd Gaeaf, profiad o ddringo gaeaf gradd III a phrofiad o arwain grwpiau dan amodau gaeaf. Mae yna bum (5) niwrnod o hyfforddiant a phedwar (4) diwrnod o asesu. Mae'r hyfforddiant a'r asesu'n ymdrin â sgiliau dringo gaeaf personol, dysgu pob agwedd o fynydda gaeaf a sgiliau mynydda cyffredinol. Mae'n rhaid i ymgeiswyr fod â thystysgrif Cymorth Cyntaf priodol a dilys. Mwy o fanylion gan HAMDU.

Tywysydd Ffederasiwn Rhyngwladol y Cymdeithasau Tywys – Tywysydd IFMGA

Cynllun i hyfforddi ac asesu mynyddwyr profiadol yn y sgiliau sydd eu hangen i ddarparu gwasanaeth hyfforddi a thywys (guiding) ym meysydd dringo, sgïo a mynydda ar greigiau, eira a rhew ymhob tymor ac amgylchiad i safon ryngwladol y BMG a'r IFMGA. Mae o'n cael ei weinyddu gan Gymdeithas Brydeinig y Tywysyddion (y BMG) ac mae o'n ddilys drwy'r byd. Mae angen i ymgeiswyr gofrestru gyda'r BMG a bod wedi ennill profiad eang o ddringo Alpaidd tramor ac yn y DU. Mae'r gofynion cofrestru'n sylweddol ac yn cynnwys hanner cant (50) o ddringfeydd ar greigiau o safon E1 5b, dringfeydd gaeaf i safon IV/V, profiad Alpaidd i safon TD a phrofiad o sgïo oddi-ar-piste a theithio (touring). Mwy o fanylion gan y BMG – guiding@bmg.org.uk neu 01690 720386 neu ewch i'w gwefan www.bmg.org.uk .

Y Cynghorau Mynydda – Beth sydd mor bwysig amdanyn nhw?

Beth ydi'r Cynghorau Mynydda?
Y BMC (yng Nghymru a Lloegr), yr MCofS (yn yr Alban) a'r MCI yn yr Iwerddon ydi'r cyrff sydd wedi eu cydnabod gan y gwahanol Lywodraethau fel y cyrff sy'n cynrychioli campau dringo, cerdded mynydd a mynydda. Maen nhw'n ymwneud ag ystod eang o weithgareddau perthnasol, yn cynnwys mynediad a chadwraeth, diogelwch ac arfer da, datblygu ieuenctid, cystadlaethau ac ymchwiliadau i offer. Maen nhw hefyd yn lobïo ac yn cynghori'r Llywodraethau ar faterion pwysig megis mynediad, risg a chyfrifoldeb a newidiadau yn y gyfraith. Ganddyn nhw mae'r cyfrifoldeb am ddiogelu 'ethos' mynydda ar raddfa genedlaethol ar yr un llaw ac egwyddorion ac arfer da lleol ar y llall. Y nhw hefyd sy'n rhedeg yr Ymddiriedolaeth Mynediad a Chadwraeth (yr ACT, Access and Conservation Trust).

Mae'n rhaid i bawb sydd am ymgeisio am un o gymwysterau HAMCymru, MLTE, MLTS ac MLTNI fod yn aelod o Gyngor Mynydda (fel unigolyn neu aelod o glwb).

Pam?
Oherwydd bod dealltwriaeth o faterion mynediad a chadwraeth ac egwyddorion mynydda yn hanfodol i bawb sydd am arwain grwpiau ar greigiau, mynyddoedd neu rostir. Mae'r Cynghorau hefyd yn ffynhonnell ychwanegol o gyngor ar ddiogelwch ac arfer da ac yn darparu'r rhain drwy seminarau, darlithoedd a gwahanol lyfrynnau. Mae'r tâl aelodaeth yn cynnal gwaith y Cynghorau ac yn sicrhau bod ganddyn nhw'r adnoddau angenrheidiol i fod yn llais cryf dros gerddwyr a dringwyr.

Beth yn union mae'r Cynghorau Mynydda'n ei wneud yn y gwahanol feysydd?

Mynediad a chadwraeth
Mae sicrhau bod gan gerddwyr, mynyddwyr a dringwyr fynediad cynaliadwy i lefydd gwyllt y DU'n hanfodol. Mae'r Cynghorau Mynydda'n cyflogi staff llawn amser a rhwydwaith eang o wirfoddolwyr i ymdrin â materion mynediad a chadwraeth. Maen nhw'n cadw cysylltiad agos â rheolwyr tir er mwyn negydu, diogelu a chynnal hawliau mynediad i fynyddoedd, creigiau a rhostir y gwahanol wledydd.

Materion technegol a diogelwch
Mae cynnal safonau uchel mewn materion yn ymwneud â diogelwch yn hollbwysig ym maes gweithgareddau awyr agored. Mae'r BMC, er enghraifft, yn archwilio offer sydd wedi torri/methu ac yn chwarae rhan ryngwladol bwysig o fewn yr UIAA o ran gosod safonau ar gyfer offer dringo a mynydda. Mae'r MCofS yn gweinyddu Fforwm Diogelwch yr Alban sy'n cydgysylltu gwaith diogelwch ar gyfer holl ddefnyddwyr mynyddoedd yr Alban. Mae'r MCI yn rhedeg ymgyrch ddiogelwch ar gyfer cerddwyr. Mae'r Cynghorau hefyd yn dosbarthu cyngor ac arweiniad ar ddiogelwch a materion technegol drwy bosteri, DVDs, adroddiadau, taflenni, llyfrynnau, darlithoedd a seminarau. Maen nhw hefyd yn cynnig cyrsiau fforddiadwy ar sgiliau o bob math (e.e. deall afalansiau, sgiliau gaeaf, cyfeiriannu).

Gwybodaeth
Mae'r Cynghorau Mynydda'n gallu cynnig gwybodaeth ar bob agwedd o gerdded mynydd, dringo neu fynydda. Mae ganddyn nhw lyfrgelloedd helaeth a basau data ar fynediad a gwybodaeth ar waliau dringo, bythynnod a chytiau dringo, clybiau a llawer mwy – ac mae'r rhan fwyaf ohono'n rhad ac am ddim i aelodau. Mae'r Cynghorau Mynydda hefyd yn goruchwylio pob agwedd o ddatblygiad camp dringo gan ei bod hi'n hanfodol fod pobl sy'n newydd i'r gamp yn dysgu ei hegwyddorion a'i harferion da.

Beth sydd i'w gael o fod yn aelod o Gyngor Mynydda?
Ymhlith pethau eraill, fe gewch chi gylchgrawn defnyddiol ('Summit' y BMC, 'Scottish Mountaineer' yr MCofS neu 'Mountain Log' yr MCI), prisiau gostyngol ar offer, teithio a digwyddiadau, yswiriant atebolrwydd (yn bwysig pan fyddwch chi dan hyfforddiant ac yn ennill profiad ar gyfer eich llyfr log) a chyngor a gwybodaeth ddiweddar ar ddeddfwriaeth mynediad, cynlluniau cadwraeth, diogelwch, offer ac ati.

Beth am yswiriant?
Fyddwch chi ddim yn cael eich yswirio pan fyddwch chi'n cofrestru ar gynllun hyfforddi. Ond pan fyddwch chi'n ymaelodi â Chyngor Mynydda mi fyddwch chi'n cael eich yswirio ar gyfer Atebolrwydd Sifil tra'n cerdded mynydd, yn dringo neu'n mynydda. Mi fyddwch chi wedi eich yswirio yn ystod eich cyrsiau hyfforddi ac asesu ac yn ystod y cyfnod cadarnhau rhwng yr hyfforddiant a'r asesu (oni bai eich bod chi'n ymgeisydd sy'n gweithredu dan enw cwmni masnachol).

Beth am roi rhywbeth yn ôl i'ch Cyngor Mynydda?
Er mor bwysig ydi gwybod beth gall y Cynghorau Mynydda ei wneud drosoch chi, mae o'r un mor bwysig gwybod beth allwch chi ei wneud dros y Cynghorau Mynydda a'r holl bobl eraill sy'n rhannu'r mynyddoedd a'r creigiau efo chi. Mae'r Cynghorau'n ddibynnol iawn ar wirfoddolwyr i gynnig syniadau ac i arwain eu gwaith – pwy'n well na'r union rai sy'n gweithio ac yn chwarae yn y mynyddoedd? Dydi eistedd mewn cyfarfodydd ddim at ddant pawb, ond mae yna lawer o ffyrdd eraill i helpu hefyd.

Mae mynnu bod pobl yn ymuno â Chyngor Mynydda'n hanfodol i barhad ein camp ar ei ffurf bresennol – mae'r rhan fwyaf ohonom ni o'r farn bod hynny'n bris gwerth ei dalu.

Os nad ydych chi eisoes yn aelod o Gyngor Mynydda mae angen i chi ymuno wrth gofrestru ar gwrs – defnyddiwch y Ffurflen Gofrestru ac Archebu Deunyddiau.

I gael mwy o wybodaeth cysylltwch â'r:

BMC (British Mountaineering Council)
177-179 Burton Road, Manceinion/Manchester, M20 2BB
Ffôn: 0870 010 4878 Ffacs: 0161 445 4500 E-bost: office@thebmc.co.uk
www.thebmc.co.uk

Mountaineering Council of Ireland
MCI, Sport HQ, 13 Joyce Way, Park West Business Park, Dulyn/Dublin 12, Eire
Ffôn: +353 (1) 625 1115 Ffacs: +353 (1) 625 1116 E-bost: mci@eircom.net
www.mountaineering.ie

Mountaineering Council of Scotland
MCofS, The Old Granary, West Mill Street, Perth PH1 5QP
Ffôn: 01738 638227 Ffacs: 01738 442095 E-bost: info@mountaineering-scotland.org.uk
www.mountaineering-scotland.org.uk

Mae'r BMC, yr MCofS a'r MCI am bwysleisio nad ydi'r cymwysterau hyfforddi'n angenrheidiol i gerddwyr mynydd, dringwyr neu fynyddwyr hamdden p'un ai ydyn nhw am fwynhau eu hunain fel unigolion, mewn grwpiau neu gyda chlwb.

Atebion i gwestiynau cyffredin

Gyda phwy ddylwn i gofrestru?
Fel arfer mae rhywun yn cofrestru gyda'i Gyngor Mynydda cenedlaethol e.e. mae ymgeiswyr yng Nghymru'n cofrestru gyda Hyfforddiant Arweinwyr Mynydd Cymru/HAMCymru/MLTW

Oes angen i mi gofrestru ar gyfer pob un cynllun a pha mor hir mae'r cofrestriad yn para?
Mae'n rhaid i chi gofrestru ar gyfer pob un cynllun ond mae hyn yn beth unwaith ac am byth. Does yna ddim ffi flynyddol, er enghraifft. Mae ymgeiswyr sydd wedi cwblhau hyfforddiant Arweinydd Mynydd yn gorfod cofrestru gyda'r cynllun Arweinydd Grwpiau Cerdded os ydyn nhw'n bwriadu ennill cymhwyster AGC. Pan fyddwch chi'n cofrestru ar gyfer eich cynllun hyfforddi cyntaf mi fyddwch chi'n derbyn rhif cofrestru personol fydd yn cael ei ddefnyddio i'ch adnabod chi yn ystod y cynllun hwnnw ac unrhyw gynllun arall ar ôl hynny.

Sut mae eithrio o'r hyfforddiant?
Os ydych chi'n hynod o brofiadol, mae o'n bosib y cewch chi eich eithrio o'r cwrs hyfforddiant. Wrth gwrs, i gymhwyso mae'n rhaid cofrestru a chael eich asesu. I gael eich eithrio o'r hyfforddiant mae angen i chi ofyn ar eich ffurflen gofrestru am ffurflen eithrio. Wedi cwblhau'r ffurflen mae angen i chi ei chyflwyno hi gyda'r ffi briodol a'ch llyfr log, wedi ei gwblhau. Does yna neb yn cael eithrio o'r asesiad.

Ydi profiad dramor yn cyfrif fel profiad y ga' i ei gynnwys yn fy llyfr log wrth ymgeisio am gymhwyster AM, AGC neu CDS?
Mae unrhyw brofiad yn werthfawr ac mae yna adran yn eich llyfr log ar gyfer profiad dramor. Mae'r AM, AGC a'r CDS yn gymwysterau Prydeinig ac yn berthnasol i'r DU a'r Iwerddon, ond os gawsoch chi eich profiad dramor ar dir tebyg i dirwedd y DU a'r Iwerddon yna mae'n ddigon posib y bydd cyfran o'ch dyddiau/dringfeydd o ansawdd mewn gwledydd tramor yn cael eu cyfrif fel rhan o'ch profiad cymhwyso.

Pwy sy'n gyfrifol am yr hyfforddiant?
Mae hyfforddiant AM, AGC ac CDS yn cael ei drefnu gan y pedwar Bwrdd Hyfforddi Cenedlaethol (HAMCymru, MLTE, MLTS ac MLTNI). MLTS sy'n trefnu'r AM Gaeaf. HAMDU (MLTUK) sy'n trefnu'r AM Rhyngwladol, y Cymhwyster HM a'r Tystysgrif HM ac mae'r BMG yn gweinyddu ei chynllun ei hun ar gyfer y rhai sydd am fod yn dywysyddion. Rhyngddyn nhw maen nhw'n darparu hyfforddiant ac asesu ar gyfer pobl sydd am arwain, hyfforddi a thywys pobl eraill mewn sawl maes gweithgaredd mynydd.

Sut fydda' i'n gwybod bod y cwrs yn un dilys?
I ddangos eich bod chi wedi mynychu eich cwrs hyfforddiant bydd Darparwr y cwrs yn gosod sticer rhifedig ar dudalen briodol eich llyfr log. Dim ond Darparwyr cymeradwy sy'n cael y sticeri yma ac mae'r arian sy'n cael ei godi amdanyn nhw'n cael ei ddefnyddio i gynnal gwaith Hyfforddi Arweinwyr Mynydd. Cysylltwch â'ch Bwrdd Hyfforddi cenedlaethol i gael gwybod mwy am Ddarparwyr Cyrsiau.

Oes angen i mi wneud unrhyw beth arall ar ôl i mi basio?
Fe ddylech chi sicrhau bod eich gallu a'ch sgiliau'n aros yn ddiweddar drwy barhau i ennill profiad (gwaith a hamdden), drwy ddiweddaru'ch hyfforddiant a thrwy ddefnyddio gwybodaeth gan HAM, y Cynghorau Mynydda, y Gymdeithas Hyfforddi Arweinwyr Mynydd (y GHAM) a chymdeithasau mynydda proffesiynol eraill. Fe ddylech chi hefyd barhau i gofnodi eich profiad yn eich llyfr log.

Pwy sy'n defnyddio'r cymwysterau yma?
Cyrff megis sefydliadau addysg awyr agored yr Awdurdodau Lleol a chyrff ieuenctid gwirfoddol. Yn benodol, athrawon a gweithwyr ieuenctid, goruchwylwyr ac aseswyr Gwobr Dug Caeredin, arweinwyr Sgowtiaid a Geidiaid a darparwyr masnachol. Mae'r cymwysterau'n arwydd safonol o gymhwysedd yn yr awyr agored ac wedi eu cydnabod felly gan lawer o wahanol gyrff, yn cynnwys Adran Addysg Llywodraeth y DU a Chynllun/Awdurdod Trwyddedu Gweithgareddau Antur (AALA) y Gweithgor Iechyd a Diogelwch (HSE).

Beth ydi'r gofynion o ran cymhwyster Cymorth Cyntaf?

Mae Cymorth Cyntaf yn rhan hanfodol o bob cymhwyster ac er mwyn llwyddo yn eich asesiad mae'n rhaid i chi gael cymhwyster Cymorth Cyntaf priodol a chyfredol. Mae'n rhaid i'ch cwrs Cymorth Cyntaf fod wedi cynnwys o leiaf dau ddiwrnod llawn neu un ar bymtheg (16) awr o hyfforddiant, ac asesiad. Mae disgwyl hefyd i ymgeiswyr ymgymryd ag unrhyw hyfforddiant Cymorth Cyntaf pellach sydd ei angen i ddelio â gweithio mewn llefydd gwyllt a diarffordd, yn cynnwys rhoi cymorth mewn argyfwng a symud rhywun o'r mynydd. Cyfrifoldeb deiliad y cymhwyster neu ei gyflogwr ydi edrych ar eu gwaith a'r sefyllfaoedd y maen nhw'n debyg o gael eu hunain ynddyn nhw a sicrhau bod eu cymhwysedd Cymorth Cyntaf yn briodol a chyfredol.

Beth sy'n digwydd os ydw i'n trefnu i fynd ar gwrs asesu ac yn darganfod nad ydi fy nhystysgrif Cymorth Cyntaf yn ddilys?

Mae'n rhaid i chi gael tystysgrif ddilys i basio eich asesiad. Fe allwch chi fynychu eich asesiad ond mi fydd eich cymhwysedd chi'n cael ei ohirio nes y byddwch chi'n gallu cyflwyno tystysgrif Cymorth Cyntaf dilys i Ddarparwr eich cwrs asesu.

Rydw i wedi ennill cymhwyster AM ac fe hoffwn i roi cynnig ar gael cymhwyster AGC. Sut mae gwneud hynny?

Os ydych chi am wneud cwrs AGC ar ôl dechrau cwrs AM mae dal angen i chi gofrestru ar gyfer y cynllun AGC (mae'r gwaith AGC yn cael ei gofnodi ar dudalennau gwahanol yn eich llyfr log ac mae'r rheiny'n cael eu gyrru atoch chi a'ch cofnod bas data'n cael ei ddiweddaru wrth i chi gofrestru). Os ydych chi wedi cwblhau eich hyfforddiant AM yna fe gewch chi symud yn syth at asesiad AGC, ond mae o'n bwysig eich bod chi'n edrych ar faes llafur a nodiadau arweiniad y cynllun AGC cyn cymryd yr asesiad.

Os ydw i'n gorfod profi fy mod i wedi ennill cymhwyster ond heb ddod â'm llyfr log efo fi, beth wna' i?

Fe allwch chi, neu'r bobl sy'n gofyn i gael gweld eich cymhwyster ffonio eich Bwrdd Hyfforddi cenedlaethol. Mae cynnydd pawb drwy'r cynlluniau cymhwyso'n cael ei gofnodi ar fas data canolog ac fe all unrhyw un o'r Byrddau Hyfforddi cenedlaethol gadarnhau eich statws o hwnnw. Fydd y Bwrdd Hyfforddi ddim yn datgelu unrhyw wybodaeth bersonol ar wahân i'r cofnod hyfforddiant ac asesu diweddaraf. Mae'n bosib y bydd y bobl sy'n eich holi'n gofyn i chi gadarnhau mai y chi ydi'r person y maen nhw'n holi'r Bwrdd Hyfforddi amdano. Os ydych chi'n aelod o'r GHAM mi fydd eich cerdyn aelodaeth yn brawf hefyd o'r cymwysterau sydd gennych chi.

Lle ga' i wybod ynglŷn â nifer y bobl y ga' i weithio efo nhw ar y tro efo fy nghymhwyster?

Mae gan lawer o gyrff, ysgolion a chanolfannau waliau dringo er enghraifft, eu rheolau eu hunain ynglŷn â niferoedd a'r hyn sy'n cyfrif fel cymhareb briodol. Dydi'r Byrddau hyfforddi erioed wedi ceisio gosod unrhyw gyfyngiadau oherwydd bod cymaint o amrywiaeth o ran cymhwysedd a phrofiad deiliad y cymhwyster, o ran natur y grŵp ac o ran peryglon y lleoliad dringo. Mae hyn yn gwneud sefydlu cymhareb briodol yn waith cymhleth iawn ac, o'r herwydd, y person orau i benderfynu'n aml iawn ydi'r deiliad ei hun. Mae'r Byrddau'n barod iawn i roi arweiniad anffurfiol ar faterion o'r fath a chyfeirio deiliaid cymhwyster at ffynonellau gwybodaeth priodol.

Faint o wersylla sydd ei angen i ennill cymhwyster AGC?

Mae'r cynllun AGC yn paratoi rhywun i reoli grwpiau sy'n gwersylla mewn llefydd hawdd eu cyrraedd - gweler adran 'Gwersylla dros nos' y maes llafur - felly mae angen i chi allu edrych ar ôl eich hun a phobl eraill mewn gwersyll na fydd ddim mewn lle diarffordd. Mae dulliau gwahanol Darparwyr cwrs o ddysgu hyn yn amrywio, ond mae gofyn iddyn nhw gyflwyno sgiliau gwersyll mewn cyd-destun ymarferol. Holwch Ddarparwr neu Gyfarwyddwr eich cwrs am fanylion - mae rhai yn cynnwys gwersylla dros nos fel rhan o'r hyfforddiant neu o'r asesiad.

Cysylltiadau Hyfforddi Arweinwyr Mynydd

Fe sefydlwyd HAM yn yr 1960au ym mhob un o wledydd y DU i lunio, gweinyddu a datblygu safonau a chymwysterau priodol ar gyfer arweinwyr mynydd. Yn 2002 fe benderfynwyd symleiddio eu gwahanol enwau er mwyn adlewyrchu'r cysylltiadau cryf a'r cydweithio a oedd yn bodoli rhwng y pedwar Bwrdd annibynnol a'u pwyllgor cydgordio Prydeinig. Dyma oedd y canlyniad:

Y Byrddau Hyfforddi Cenedlaethol

Hyfforddi Arweinwyr Mynydd Cymru – Mountain Leader Training Wales
HAMCymru, Bwthyn Siabod, Capel Curig, Conwy. LL24 0ES
Ffôn: 01690 720272 E-bost: info@mltw.org
Ffacs: 01690 720 248 Gwefan: www.mltw.org

Mountain Leader Training England
MLTE, Bwthyn Siabod, Capel Curig, Conwy. LL24 0ES
Ffôn: 01690 720272 E-bost: info@mlte.org
Ffacs: 01690 720 248 Gwefan: www.mlte.org

Mountain Leader Training Northern Ireland
MLTNI, Tollymore Mountain Centre, Bryansford, Newcastle, Co Down BT33 0PT
Ffon: 028 4372 2158 E-bost: admin@tollymoremc.com
Ffacs: 028 4372 6155 Gwefan: www.tollymoremc.com

Mountain Leader Training Scotland
MLTS, Glenmore, Aviemore, Inverness-shire PH22 1QU.
Ffon: 01479 861248 E-bost: smltb@aol.com
Ffacs: 01479 861249 Gwefan: www.mltuk.org

Hyfforddi Arweinwyr Mynydd y DU – Mountain Leader Training UK

HAMDU / MLTUK, Bwthyn Siabod, Capel Curig, Conwy. LL24 0ES
Ffôn: 01690 720272 E-bost: info@mltuk.org
Ffacs: 01690 720 248 Gwefan: www.mltuk.org