Volunteering Opportunities

ASH Wales

Action on Smoking for Health (ASH) was established in London in 1971. ASH Wales was established in 1976 as a branch of ASH UK. In 2007 ASH Wales became an independent company limited by guarantee and a registered charity in Wales. We are the only voluntary organisation in Wales with the sole remit of tackling the ill health caused by tobacco use.

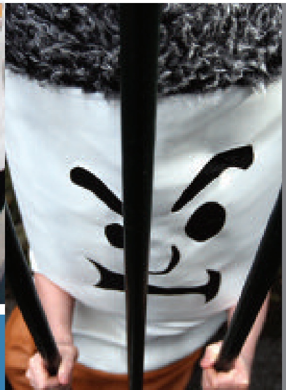
Our main aim is to achieve a reduction in, and eventual elimination of, the health problems associated with tobacco use through a range of activities including engaging with communities.

The Vision of ASH Wales: “ASH Wales is committed to achieving a life free from tobacco for all people in Wales”.

The Mission of ASH Wales: “Towards a Tobacco Free Wales”.

Why volunteer with ASH Wales?

- We are PROACTIVE and want to engage young people in our organisation.
- We feel young people’s input is IMPORTANT to the wider tobacco arena.
- We are INCLUSIVE to all young people across Wales regardless of smoking status.
- We offer opportunities that will EDUCATE our volunteers.
- It’s PEER-LED with an emphasis on local COMMUNITIES.



Laura Rich
Youth Volunteer Coordinator

2nd Floor, 8 Museum Place,
Cardiff CF10 3BG
Tel: 029 2064 1101
Email:laura@ashwales.co.uk

www.ashwales.co.uk
Charity Number:-1120834

How to get involved?

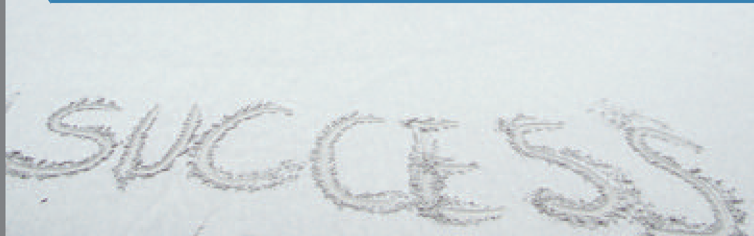
There are a variety of opportunities within ASH Wales that any young person can get involved with, but there are two main opportunities specifically for 16-25 year olds:- Peer Health Promoters and Peer Event Volunteers.

Peer Health Promoters will be trained to work with young people aged 11-18 in their local communities regardless of smoking status. The aim is to deliver and provide informed and accurate information about smoking prevention and cessation. All Peer Health Promoters will receive training, including using the tested 2Tuff 2Puff programme. No specific skills or experience are required as we will give full training and support. This opportunity will be carried out in your local community allowing for a grassroots proactive approach about tobacco control .

The Peer Event Volunteers will work alongside ASH Wales staff at local, national and regional events and conferences. Attendance at these events from young people will allow for peer to peer distribution of information. Volunteers will be expected to be hands-on at events helping staff members to set up stalls/ conferences and to distribute information as necessary. There is no essential experience needed as support and training will be offered to the young people taking part in this activity.

Both opportunities would be ideal for any young person aged 16-25 looking to work in media and marketing, health and health promotion or even teaching/youth work.

There are other ways in which volunteers can get involved with ASH Wales. All you need to do is contact Laura Rich the Youth Volunteer Coordinator.



Cyfleoedd i Wirfoddoli

ASH Cymru

Sefydlwyd Action on Smoking and Health (ASH) yn Llundain yn 1971. Sefydlwyd ASH Cymru yn 1976 fel cangen o ASH UK. Yn 2007 daeth ASH Cymru'n gwmni annibynnol cyfyngedig trwy warant ac yn elusen cofrestredig yng Nghymru. Unig tasg ASH Cymru yw mynd i'r afael â phoblemau iechyd ymwneud â defnyddio tybaco, ac yn hynny o beth mae'n sefydliad gwirfoddol unigryw yng Nghymru.

Ein prif nod yw sicrhau bod y problemau iechyd sy'n gysylltiedig â defnyddio tybaco yn cael eu lleihau a'u dileu yn y pen draw, drwy amrywiaeth o weithgareddau yn cynnwys ymgysylltu â chymunedau.

Gweledigaeth ASH Cymru yw: "Mae ASH Cymru wedi ymrwymo i sicrhau bywyd heb dybaco i bawb yng Nghymru".

Cenhadaeth ASH Cymru yw:
"Tuag at Gymru Ddi-Dybaco".

Pam gwirfoddoli gyda ASH Cymru?

- Rydym yn annog pobl ifanc yn RHAGWEITHIOL i gymryd rhan yn ein sefydliad.
- Rydym yn teimlo bod cyfraniad gan bobl ifanc yn BWYSIG i'r maes tybaco ehangach.
- Rydym yn CYNNWYS holl bobl ifanc Cymru, waeth a ydynt yn smygu ai peidio.
- Rydym yn cynnig cyfleoedd a fydd yn ADDYSGU ein gwirfoddolwyr.
- Caiff y gwaith ei ARWAIN GAN GYFOEDION, gyda phwyslais ar GYMUNEDAU lleol.

Sut i gymryd rhan?

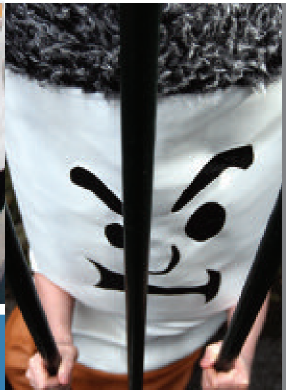
Mae ASH Cymru'n cynnig amryw o gyfleoedd y gall unrhyw berson ifanc gymryd rhan ynddynt, ond mae yna ddau brif gyfle ar gael i'r rhai rhwng 16 a 25 oed sef: Hyrwyddwyr Iechyd Cyfoed a Gwirfoddolwyr Digwyddiadau Cyfoed.

Bydd **Hyrwyddwyr Iechyd Cyfoed** yn cael eu hyfforddi i weithio gyda phobl ifanc 11-18 oed yn eu cymunedau lleol waeth a ydynt yn smygu ai peidio. Y nod fydd rhoi gwybodaeth wybodus a chywir am atal smygu a rhoi'r gorau iddi. Bydd yr holl Hyrwyddwyr Iechyd Cyfoed yn cael hyfforddiant; gan gynnwys defnyddio rhaglen brofedig Rhy Galed i Smygu. Nid oes angen unrhyw sgiliau na phrofiad penodol gan y byddwn yn rhoi hyfforddiant a chymorth llawn. Bydd y cyfle hwn yn eich cymuned leol, sy'n sicrhau y gellir defnyddio dull rhagweithiol, ar lawr gwlad, i reoli tybaco.

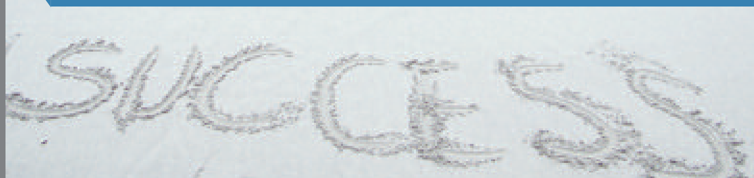
Bydd y **Gwirfoddolwyr Digwyddiadau Cyfoed** yn gweithio ochr yn ochr â staff ASH Cymru mewn digwyddiadau a chynadleddau lleol, cenedlaethol a rhanbarthol. Bydd y ffaith bod pobl ifanc yn dod i'r digwyddiadau hyn yn caniatáu ar gyfer dosbarthu gwybodaeth o gyfoedion i gyfoedion. Disgwylir i'r gwirfoddolwyr gyfrannu'n ymarferol mewn digwyddiadau, gan helpu aelodau'r staff i osod stondinau / cynadleddau i fyny a dosbarthu gwybodaeth yn ôl yr angen. Nid oes angen profiad gan y bydd cymorth a hyfforddiant yn cael eu cynnig i'r bobl ifanc sy'n cymryd rhan yn y gweithgaredd hwn.

Byddai'r cyfleoedd hyn yn ddelfrydol i berson ifanc 16-25 oed sydd eisiau gweithio ym myd y cyfryngau a marchnata, iechyd a hybu iechyd neu hyd yn oed addysgu/gwaith ieuenctid.

Mae yna ffyrdd eraill y gall gwirfoddolwyr gymryd rhan gydag ASH Cymru. Cysylltwch â Laura Rich, y Cyd-gysylltydd Gwirfoddolwyr Ieuenctid.



Laura Rich
Cydlynydd Gwirfoddoli Ieuenctid

2il Lawr,
8 Stryd yr Amgueddfa,
Caerdydd CF10 3BG
Ffôn: 029 2064 1101
Ebost: laura@ashwales.co.uk

www.ashwales.co.uk
Rhif Elusen:-1120834