



Volunteering with Lampeter Food Bank

Thank you for considering volunteering with us. We rely entirely on volunteer support to run. This leaflet gives an idea of how we work and what you can expect. We give training and support to anyone joining us, as we want everyone to feel confident in volunteering with us.

The food bank is currently open Tuesday - Friday (including some bank holidays): but this can change depending on numbers of volunteers and the level of referrals.

As a volunteer you could help:

- ❖ to hold the food bank phone and take referrals
- ❖ on the rota to make up and hand over food parcels, or just to be there while another volunteer does this
- ❖ to collect, date-label and shelve food donations
- ❖ with other food bank administration



lampeter food bank

Food bank phone holder

This is currently shared between two-three volunteers.

The phone holder is available during weekday office hours for referrals. This does not mean staying at home all week! The calls are not frequent (less than 6 on any day) but you do have to carry the food bank mobile to respond to calls.

As phone holder, you:

- ❖ need to have good O2 mobile signal
- ❖ take details from the referrer
- ❖ arrange a suitable time for collection that allows time for the volunteer to shop and make up a food parcel
- ❖ liaise with the volunteer on call to pass on details
- ❖ tell the referrer of any problems with collection of the food parcel or concerns about the client

Food bank rota

The rota for responding to referrals runs from 9-1 Tues - Fri + 1-5 Weds + Fri. We aim to have at least 2 volunteers available for each slot in the week, so no-one is on call more than once a fortnight but this depends on our having enough volunteers!

We would also like to arrange in future for two volunteers to be on call for each slot if there are enough of us.

Being on call involves:

- ❖ being available for the whole shift to take calls at any time from the phone holder
- ❖ buying fresh food for each new parcel (we will reimburse you)
- ❖ making up the parcel at the food bank room
- ❖ meeting the referrer or client to hand over the parcel + take their voucher
- ❖ offering to talk if the client wants this, and being a friendly face

Dealing with food bank stock

If you don't feel meeting clients is right for you, we always welcome help with managing and rotating our food stock. We receive regular food donations and need to make sure that we are using the donated food without waste. You could spend some time in the food bank room labelling/shelving food, and rotating stock to ensure that the oldest food is being used first.

Banc Bwyd Llanbed - 07582 905743

lampeterfoodbank@gmail.com



Gwirfoddoli gyda Banc Bwyd Llanbed

Diolch i chi am ystyried gwirfoddoli gyda Banc Bwyd Llanbed. Dim ond gyda chefnogaeth gwirfoddolwyr rydyn ni'n gallu bodoli. Mae'r daflen hon yn egluro sut rydyn ni'n gweithio a beth allwch chi ei ddisgwyl. Rydyn ni'n dysgu a chefnogi pawb sy'n ymuno â ni, achos rydyn ni'n dymuno bod pawb yn teimlo'n hyderus wrth wirfoddoli gyda ni.

Mae Banc Bwyd Llanbed (BBLI) ar gael Dydd Llun, Dydd Mercher a Dydd Gwener ar hyn o bryd (heblaw am wyliau banc): ond gallai hyn newid gyda'r nifer o wirfoddolwyr ac atgyfeiriadau.

Byddech chi'n gallu helpu drwy:

- ❖ ddal ffôn symudol y BBL ar gyfer cymryd atgyfeiriadau
 - ❖ ymuno â'r rota ar gyfer gwneud parseli i roi i'n cleientiaid, neu i fod yno tra bod gwirfoddolwr arall yn gwneud hyn
- ❖ gasglu, labelu a rhoi'r rhoddion ar silffoedd

Daliwr ffôn BBLI

Mae 2-3 gwirfoddolwr yn rhannu hyn ar hyn o bryd. Mae daliwr y ffôn ar gael yn ystod oriau swyddfa'r wythnos ar gyfer ymateb i atgyfeiriadau. Does dim rhaid i chi aros gartref y holl wythnos! Dydy'r galwadau ddim yn niferus (llai na 6 y dydd), ond basai rhaid i chi gadw'r ffôn gyda chi ar gyfer ymateb yn gyflym i atgyfeiriadau.

Fel daliwr y ffôn byddech chi:

- ❖ angen signal O2 da
- ❖ yn cymryd manylion oddi wrth yr atgyfeiriwr
- ❖ yn trefnu apwyntiad i gasglu'r bwyd, gyda digon o amser i brynu bwyd ffres a gwneud parsel
- ❖ yn cysylltu â'r gwirfoddolwr sy ar alwad i gyfleu'r manylion
- ❖ yn dweud wrth yr atgyfeiriwr am unrhyw broblemau gyda'r apwyntiad casglu, neu am bryderon am y cleient

Rota Banc Bwyd

Oriau rota BBL yw 9-1 yb Mawrth-Gwener + 1-5yh Mercher+ Gwener. Os oes dau wirfoddolwr bob tro, does dim rhaid i rywun fod ar alwad mwy nag unwaith y pythefnos, ond mae hyn yn dibynnu ar gael

digon o wirfoddolwyr! Hoffwn drefnu bod dau wirfoddolwr ar alwad, os bydd digon ohonom.

Fel gwirfoddolwr ar alwad byddech chi:

- ❖ ar gael bob amser i ymateb i ddaliwr y ffôn
- ❖ yn prynu bwyd ffres ar gyfer parseli newydd (byddwn ni'n eich ad-dalu chi)
- ❖ yn gwneud parseli yn ystafell BBLI
- ❖ yn cwrdd â'r atgyfeiriwr neu â'r cleient ar gyfer rhoi'r parsel a chael y taleb
- ❖ yn rhoi croeso a bod yn barod i siarad, os bydd y cleient yn dymuno hyn

Rheoli'r stoc bwyd

Os nad ydych yn hapus i gwrdd â'r cleientiaid, rydyn ni bob amser yn hapus i dderbyn eich help i reoli a chylchdroi'n stoc bwyd. Mae pobl yn Llanbed yn rhoi bwyd yn aml i ni, ac mae rhaid i ni ddefnyddio'r bwyd heb wastraffu. Byddech chi'n helpu drwy weithio yn ystafell BBLI i labelu'r bwyd gyda'r dyddiad defnyddio, rhoi'r bwyd ar silffoedd a chylchdroi'r stoc er mwyn sicrhau ein bod yn defnyddio'r bwyd hynaf gyntaf.

Banc Bwyd Llanbed - 07582 905743
lampeterfoodbank@gmail.com



lampeter food bank