



Ariennir gan  
**Lywodraeth Cymru**  
Funded by  
**Welsh Government**

## Ymgyrch ‘Atal Cam-drin Plant yn Rhywiol – Popeth rydym angen ei wybod’

### 1. Pwy ydym ni

Prosiect atal cam-drin plant yn rhywiol yw [Stop it Now! Cymru](#) sy'n gweithio ar draws y wlad i sicrhau bod rhieni, gofalwyr a gweithwyr proffesiynol yn y safle gorau i amddiffyn plant rhag camdriniaeth rywiol ac ecploetiaeth.

Credwn fod modd atal cam-drin plant yn rhywiol a bod gan bob oedolyn ran i'w chwarae mewn diogelu plant rhag niwed rhywiol. Gellir cyflawni hyn pan fo oedolion yn effro i'r arwyddion o gamdriniaeth rywiol, gan gynnwys ymddygiad rhywun allai achosi risg i blant, a gwybod lle y gellir cael help a chynghor.

Rydym yn gweithio'n agos gydag awdurdodau lleol, BLIDP, yr heddlu, Llywodraeth Cymru, y sector wirfoddol, teuluoedd a chymunedau.

Caiff Stop it Now! Cymru ei redeg gan elusen amddiffyn plant [The Lucy Faithfull Foundation](#).

### 2. Beth yw'r hanes

Mae ein hymgyrch – ‘**Atal Cam-drin Plant yn Rhywiol – Popeth rydym angen ei wybod**’ – ar fynd ledled Cymru.

Fe'i chynlluniwyd ar gyfer sicrhau fod rhieni, gofalwyr a gweithwyr proffesiynol sy'n gweithio gyda phlant a theuluoedd yn y lle gorau i atal plant rhag camdriniaeth rywiol ac ecploetiaeth.

Efallai eich bod wedi gweld ein hymgyrch ar y cyfryngau cymdeithasol, wedi clywed amdani ar y cyfryngau neu gan weithiwr proffesiynol, neu wedi mynychu un o'n sesiynau ymwybyddiaeth.

Ynghyd a chodi ymwybyddiaeth o gamdriniaeth a ble mae'r perygl, ei nod yw helpu oedolion i:

- adnabod yr arwyddion o gam-drin rhywiol mewn plant yn cynnwys dangosyddion geiriol a di-eiriol
- adnabod arwyddion sy'n amlygu eu hunain mewn oedolyn sydd gyda'r bwriad o niweidio plentyn
- cymryd camau ataliol a chofnodi pryderon cyn i ddatgeliad gael ei wneud, gan gydnabod nad yw'r rhan fwyaf o blant yn datgan cam-drin
- ymateb yn effeithiol ac yn addas pan wneir datgeliad, gan gynnwys adrodd i'r awdurdodau priodol
- datblygu a gweithredu cynlluniau diogelwch teuluoedd.

### **3. Pam fod eich cefnogaeth yn amhrisiadwy**

Dim ond yn y blynyddoedd diweddar yr ydym wedi dod i werthfawrogi gwir raddfa cam-drin plant yn rhywiol.

Mae'r cyfrinachedd sy'n amgylchynu camdriniaeth o'r fath yn dystiolaeth, sef nad yw 1 ymhob 3 plentyn a gaiff ei gam-drin gan oedolyn yn dweud wrth neb. O'r rhai hynny sy'n dweud, mae'r rhan fwyaf yn dweud wrth aelod o'u teulu neu ffrind. Prin yw'r rhai sy'n dod i sylw'r heddlu, gwasanaethau cymdeithasol neu weithwyr iechyd proffesiynol.

#### **Ystadegau allweddol**

- Ni fydd 1 ymhob 3 plentyn a gaiff ei gam-drin yn rhywiol gan oedolyn yn dweud wrth neb am y peth.
- Ni fu i 4 allan o 5 plentyn a gafodd ei gam-drin gan ei gyfoedion ddweud wrth neb ar y pryd.
- Dim ond 1 ymhob 8 achos o gam-drin plant yn rhywiol sy'n wybyddus i'r awdurdodau.
- Mae 90% o blant yn cael eu cam-drin yn rhywiol gan rywun maent yn ei adnabod.
- Mae tua thraean o gamdriniaethau rhywiol yn cael eu gwneud gan blant a phobl ifanc eraill.
- Mae plant anabl 3 gwaith yn fwy tebygol o gael eu cam-drin na phlant eraill.
- Nid oes stereoteip o gamdriniwr - gall fod yn rhywun - ac o unrhyw gefndir cymdeithasol ac economaidd.

Nid yw'r rhan fwyaf o ddiodefwrwr camdriniaeth rywiol yn siarad am y peth ac maent yn methu gofyn am help. Felly, mae'n rhaid i oedolion wneud.

Drwy ddeall y peryglon a gwybod beth i'w wneud os oes gennym bryderon - gallwn atal camdriniaeth rhag digwydd yn y lle cyntaf.

Nod ein hymgyrch yw darparu oedolion gyda'r wybodaeth sydd arnom ei angen i roi mesurau ataliol mewn lle, adnabod arwyddion cam-drin plant yn rhywiol - ac adeiladu'r hyder i wneud rhywbeth amdano.

Mae'r raddfa a'r cyfrinachedd sy'n amgylchynu cam-drin plant yn rhywiol yn golygu bod gennym oll ran i'w wneud er mwyn ei dacio. Y mwyaf o gefnogaeth gaiff ein hymgyrch, y mwyaf o bobl fydd yn wybodus ac amddiffynnol.

## **4. Sut allwch chi gefnogi'r ymgyrch**

Helpwch ni i rannu prif neges ein hymgyrch a fydd yn cael ei lledaenu drwy'r sianeli canlynol:

### **4.1 Y Cyfryngau Cymdeithasol**

Byddwn yn defnyddio ein sianeli cyfryngau cymdeithasol drwy'r ymgyrch. Byddai'n wych pe gallech rannu'r negeseuon a dangos cefnogaeth i'r sefydliad drwy eich sianeli eich hunain.

Rydym wedi datblygu negeseuon cyfryngau cymdeithasol (Twitter a Facebook) er mwyn hyrwyddo'r ymgyrch o fis Hydref ymlaen.

Hashnod yr ymgyrch yw #cam-drinplantynrhywiol #stopitnowcymru

Byddwn yn rhoi negeseuon ar:

- Twitter: [@StopitNowCymru](https://twitter.com/StopitNowCymru)
- Facebook: <https://www.facebook.com/stopitnowukandireland/>

Nod y negeseuon hyn yw amlygu rhai o'r materion allweddol sy'n amgylchynu cam-drin plant yn rhywiol ac arwain pobl tuag at wybodaeth ac adnoddau.

Rydym hefyd eisiau dangos yr ymrwymiad sydd ledled Cymru tuag at weithio gyda'n gilydd er mwyn tacio'r broblem.

A fuasech cystal â rhannu'r negeseuon hyn a thrwy hynny ddangos cefnogaeth i'r ymgyrchu.

Gallwch hefyd greu eich cynnwys ein hun. Os oes rhywbeth penodol yr hoffech i ni ei gefnogi ar y cyfryngau cymdeithasol, cysylltwch â thîm Stop it Now! ar: [wales@stopitnow.org.uk](mailto:wales@stopitnow.org.uk)

Gweler isod rai awgrymiadau i gefnogi'r ymgyrch:

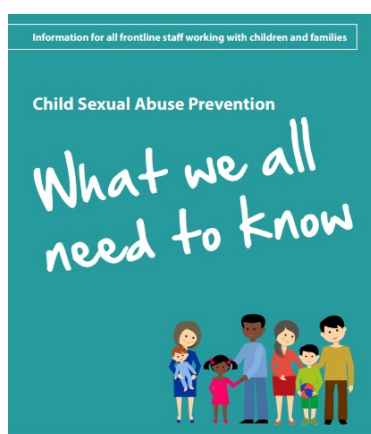
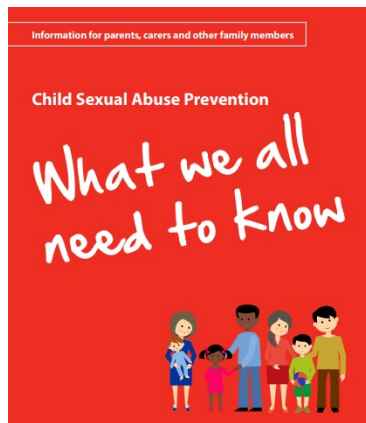
#### **Twitter**

- Ymgyrch bwysig gan @StopitNowWales i godi ymwybyddiaeth o sut y gallwn atal cam-drin plant yn rhywiol. Am fwy o wybodaeth: [bit.ly/2O60vus](https://bit.ly/2O60vus) #childsexualabuse #stopitnowwales
- Rydym yn cefnogi ymgyrch @StopitNowWales - 'Atal Cam-drin Plant yn Rhywiol – Popeth rydym angen ei wybod' – rhaid i bawb wneud ei ran. Am fwy o wybodaeth: [bit.ly/2O60vus](https://bit.ly/2O60vus) #childsexualabuse #stopitnowwales
- Cam-drin Plant yn Rhywiol – mae'n fater anodd i feddwl amdano - ond dim ond drwy wneud hynny y gallwn ei dacio. Adnoddau gwych ar gael gan @StopitNowWales. [bit.ly/2O60vus](https://bit.ly/2O60vus) #childsexualabuse #stopitnowwales

#### **Facebook**

- Dyma ymgyrch bwysig gan @stopitnowukandireland - ‘Atal Cam-drin Plant yn Rhywiol - Popeth rydym angen ei wybod’. Drwy godi ymwybyddiaeth o sut y gall pawb helpu i atal cam-drin plant yn rhywiol, gallwn wneud ein plant yn fwy diogel. Am fwy o wybodaeth [bit.ly/2O60vus](http://bit.ly/2O60vus)
- Rydym yn cefnogi’r ymgyrch gan @stopitnowukandireland: ‘Atal Cam-drin Plant yn Rhywiol - Popeth rydym angen ei wybod’ - mae gan bawb ran i’w chwarae a thrwy ddod yn fwy gwybyddus a gweithio gyda’n gilydd, gallwn ddiogelu ein plant. Am fwy o wybodaeth: [bit.ly/2O60vus](http://bit.ly/2O60vus)
- Cam-drin Plant yn Rhywiol - mae’n fater anodd i feddwl amdano ac anoddach byth i siarad amdano - ond dim ond drwy wneud hynny y gallwn ei daclo. Mae adnoddau gwych ar gael gan @stopitnowukandireland. [bit.ly/2O60vus](http://bit.ly/2O60vus)

Gallwch osod y delweddau canlynol gyda’ch neges:



Cysylltwch â ni ar [wales@stopitnow.org.uk](mailto:wales@stopitnow.org.uk) am gymorth pellach.

## 4.2 Tudalennau Gwefan

Rydym wedi datblygu tudalen bwrpasol ar gyfer yr ymgyrch hon ar ein gwefan:

<https://www.stopitnow.org.uk/wales-child-sexual-abuse-prevention-what-we-all-need-to-know.htm>

Yma, gall ymwelwyr gael mwy o wybodaeth am yr ymgyrch a chael mynediad at gefnogaeth.

Gallwch hefyd gael mynediad i brif dudalen Stop it Now! Cymru:

<https://www.stopitnow.org.uk/wales.htm>

Ynghyd a'n gwefan "Parent Protect!": <https://www.parentsprotect.co.uk/>

Os yn bosibl, gallwch gynnwys datganiad yn cefnogi'n hymgyrch atal cam-drin plant yn rhywiol.

## 4.3 Taflenni

Mae dwy daflen wedi cael eu cynhyrchu. Un ar gyfer rhieni a gofalwyr, ac un ar gyfer gweithwyr proffesiynol.

Gallwch eu lawr-lwytho a'u hargraffu yma: <https://www.stopitnow.org.uk/wales-child-sexual-abuse-prevention-what-we-all-need-to-know.htm>

Mae croeso i chi eu defnyddio fel bo angen. Yn ogystal, mae croeso i chi eu rhannu gyda phartner asiantaethau a sefydliadau eraill os byddent o ddefnydd iddynt.

## 4.4 Cynnwys Cylchlythyr

Gallwch hefyd ddangos eich cefnogaeth i'r ymgyrch drwy arwyddbost a lledaenu'r neges ymhellach drwy gynnwys gwybodaeth amdani yn eich cylchlythyrau mewnol a/neu allanol, mewn rwyd a sianeli eraill. Gallwch ddefnyddio'r copi a ddarperir isod, neu cysylltwch â ni drwy [wales@stopitnow.org.uk](mailto:wales@stopitnow.org.uk) gydag unrhyw geisiadau penodol .

## Ymgyrch 'Atal Cam-drin Plant yn Rhywiol – Popeth rydym angen ei wybod'

Mae ymgyrch newydd ar fynd ledled Cymru yn codi ymwybyddiaeth am gam-drin plant yn rhywiol – a'r hyn y gallwn ei wneud i'w atal.

Mae'r ymgyrch 'Atal Cam-drin Plant yn Rhywiol – Popeth rydym angen ei wybod' sy'n cael ei rhedeg gan Stop it Now! Cymru, yn cynnwys sesiynau codi ymwybyddiaeth ar gyfer rhieni, gofalwyr a gweithwyr proffesiynol – ynghyd ag adnoddau perthnasol. Yn ogystal, hyrwyddir negeseuon hanfodol drwy'r cyfryngau cymdeithasol.

Dim ond yn y blynyddoedd diweddar yr ydym wedi dod i werthfawrogi gwir raddfa cam-drin plant yn rhywiol. Mae'r cyfrinachedd sy'n amgylchynu camdriniaeth o'r fath yn dystiolaeth, sef nad yw 1 ymhob 3 plentyn a gaiff ei gam-drin gan oedolyn yn dweud wrth neb. O'r rhai hynny sy'n dweud, mae'r rhan fwyaf yn dweud wrth aelod o'u teulu neu ffrind. Prin yw'r rhai sy'n dod i sylw'r heddlu, gwasanaethau cymdeithasol neu weithwyr iechyd proffesiynol. Dyma paham ei bod hi mor bwysig i ni ddeall y peryglon, cymryd camau ataliol a bod yn hyderus i weithredu os oes angen.

#### Ystadegau Allweddol

- Ni fydd 1 ymhob 3 plentyn a gaiff ei gam-drin yn rhywiol gan oedolyn yn dweud wrth neb am y peth
- Ni fu i 4 allan o 5 plentyn a gafodd ei gam-drin gan ei gyfoedion ddweud wrth neb ar y pryd
- Dim ond 1 ymhob 8 achos o gam-drin plant yn rhywiol sy'n wybyddus i'r awdurdodau
- Mae 90% o blant yn cael eu cam-drin yn rhywiol gan rywun maent yn ei adnabod
- Mae tua thraean o gamdriniaethau rhywiol yn cael eu gwneud gan blant a phobl ifanc eraill
- Mae plant anabl 3 gwaith yn fwy tebygol o gael eu cam-drin na phlant eraill
- Ni does stereoteip o gamdriniwr - gall fod yn rhywun – ac o unrhyw gefndir cymdeithasol ac economaidd

Nid yw'r rhan fwyaf o ddioddefwyr camdriniaeth rywiol yn siarad am y peth ac maent yn methu gofyn am help. Felly, mae'n rhaid i oedolion wneud. Drwy ddeall y peryglon a gwybod beth i'w wneud os oes gennym bryderon - gallwn atal camdriniaeth rhag digwydd yn y lle cyntaf.

Nod ein hymgyrch yw darparu oedolion gyda'r wybodaeth sydd arnom ei angen i roi mesurau ataliol mewn lle, adnabod arwyddion cam-drin plant yn rhywiol - ac adeiladu'r hyder i wneud rhywbeth amdano.

Mae'r raddfa a'r cyfrinachedd sy'n amgylchynu cam-drin plant yn rhywiol yn golygu bod gennym oll ran i'w wneud er mwyn ei daclo.

Mae gwybodaeth am yr ymgyrch ar gael yma: <https://www.stopitnow.org.uk/wales-child-sexual-abuse-prevention-what-we-all-need-to-know.htm>

Mae gwybodaeth bellach ac adnoddau ar gael ar wefan Parents Protect!:  
<https://www.parentsprotect.co.uk/>

Gallwch ddilyn Stop it Now! Cymru ar Twitter: [@StopitNowWales](https://twitter.com/StopitNowWales) a dod o hyd iddynt ar Facebook: <https://www.facebook.com/stopitnowukandireland/> er mwyn helpu i gefnogi'r ymgyrch a lledaenu negeseuon atal.

Gallwch ddilyn Stop it Now! Cymru ar Twitter: [@StopitNowWales](https://twitter.com/StopitNowWales) a dod o hyd iddynt ar Facebook <https://www.facebook.com/stopitnowukandireland/> er mwyn helpu i gefnogi'r ymgyrch a lledaenu negeseuon atal.

Gellir cysylltu â thîm Stop it Now! Cymru ar [wales@stopitnow.org.uk](mailto:wales@stopitnow.org.uk) am fwy o wybodaeth.

#### **4.5 Digwyddiadau wedi eu cynllunio eisoes**

Yn olaf, efallai yr hoffech gynnwys manylion yr ymgyrch mewn digwyddiadau rydych eisoes wedi eu cynllunio. Mae croeso i chi ddefnyddio unrhyw ddeunyddiau'r ymgyrch a geir uchod. Cysylltwch â ni drwy [wales@stopitnow.org.uk](mailto:wales@stopitnow.org.uk) gydag unrhyw geisiadau penodol.

## **5 Diolch yn fawr**

Mae Stop it Now! Cymru yn hynod ddiolchgar am unrhyw gefnogaeth y gallwch ei gynnig.

**Gyda'n gilydd gallwn atal cam-drin plant yn rhywiol.**