



DIOGELU CYMRU
KEEP WALES SAFE



Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Diogelu plant a phobl ifanc gyda'n gilydd wrth ailgodi ar ôl Covid-19

Canllawiau anstatudol i ymarferwyr

Gorffennaf 2020

Cynnwys

Ar gyfer pwy mae'r canllaw ymarfer hwn?	2
Y cyngor hwn	3
Cyflwyniad	4
Beth ddylai pob ymarferydd ei wybod	5
Sylwi ar arwyddion niwed, camdriniaeth neu esgeulustod	6
Pryd i roi gwybod am bryder ynghylch plentyn sydd	7
mewn perygl o niwed, camdriniaeth neu esgeulustod	7
Beth i'w wneud os yw plentyn yn dweud wrthyich ei fod ef neu	
hi neu blentyn arall yn cael ei niweidio neu wedi cael ei	
niweidio	9
Beth sy'n digwydd ar ôl i chi gyflwyno adroddiad am blentyn	
sydd mewn perygl?	11
Pobl ifanc dros 18 oed ac oedolion eraill	11
Help cynnar ac atal niwed, camdriniaethneu esgeulustod	12

Ar gyfer pwy mae'r canllaw ymarfer hwn?

Mae'r canllaw hwn ar gyfer ymarferwyr sy'n gweithio gyda phlant (hyd at 18 oed) yn bennaf.

Mae hyn yn cynnwys y rhai sy'n gweithio yn y blynyddoedd cynnar, gofal cymdeithasol, addysg, iechyd, yr heddlu, troseddwr ifanc a gwasanaethau ieuencid, cymunedol a chymorth i deuluoedd (gan gynnwys y trydydd sector) a gofal maeth a gofal preswyl.

Defnyddir y term 'plentyn' yn y canllaw hwn drwyddi draw i gyfeirio at blentyn neu berson ifanc hyd at 18 oed. Mae hyn yn unol â'r diffiniad cyfreithiol o blentyn sydd yn Neddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014. Mae Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar hawliau'r plentyn yn nodi hawliau dynol pob person o dan 18 oed hefyd. Mae pobl ifanc wedi dweud wrthym drwy gyfrwng ymgynghoriadau nad ydyn nhw'n hoffi cael eu galw'n blant a dylid cofio hyn wrth weithio gyda phobl ifanc a chofnodi gwybodaeth amdanynt.

Gwyddom fod rhai gwasanaethau'n cefnogi pobl ifanc sydd dros 18 oed. Bydd y rhan fwyaf o wasanaethau yn dod i gysylltiad â rhieni neu aelodau o'r teulu fel rhan o'u gwaith hefyd. Nid yw'r canllaw hwn yn ymdrin â diogelu oedolion yn fanwl ond mae adran fer ar oedolion mewn perygl wedi'i chynnwys.

Y cyngor hwn

Mae Llywodraeth Cymru wedi llunio'r canllaw anstatudol hwn i atgoffa ymarferwyr sy'n gweithio ar draws asiantaethau am eu cyfrifoldebau i ddiogelu plant ac i'w cefnogi wrth iddyn nhw ymateb i bryderon am blant sydd mewn perygl.

Nid yw'r canllaw'n ymdrin yn fanwl â threfniadau mewn asiantaethau neu leoliadau unigol a dylid ei ddefnyddio gydag unrhyw bolisi neu weithdrefnau perthnasol sydd eisoes yn eu lle ar gyfer y man lle'r ydych yn gweithio neu'n gwirfoddoli.

Mae'r canllaw hwn yn cysylltu â [Gweithdrefnau Diogelu Cymru](#), a dylid ei ddefnyddio gyda nhw. Gallwch lawrlwytho'r gweithdrefnau ar eich ffôn symudol. Mae dolenni ar gyfer lawrlwytho'r Ap ar waelod y dudalen lanio ar y wefan yn y ddolen uchod. Unwaith y byddwch wedi lawrlwytho'r Ap, nid oes angen cysylltiad WiFi i'w gweld.

Mae Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (UNCRC) yn gwarantu bod gan bob plentyn yr hawl i dyfu i fyny'n iach, yn hapus ac yn ddiogel. Mae hyn yn cynnwys yr hawl i gael eu hamddiffyn rhag niwed a chael cefnogaeth briodol i adfer yn sgil camdriniaeth. Dylai ymarferwyr fabwysiadu [dull gweithredu seiliedig ar hawliau plant](#) a dilyn y [Safonau Cyfranogiad Cenedlaethol](#).

Mae gan blant hawl i gael llais, i gael gwrandawriad ac i'w barn gael ei hystyried hefyd. Mae hyn yn rhywbeth y mae plant ac oedolion sydd wedi cael eu niweidio, eu cam-drin neu eu hesgeuluso pan oeddent yn blant wedi dweud ei fod yn bwysig iawn wrth adnabod risg a niwed.

Mae gan blant a phobl ifanc yr hawl i gynnig gweithredol o eiriolaeth gan [Eirioli Proffesiynol Annibynnol \(IPA\)](#) pan fyddant yn dechrau derbyn gofal neu'n dod yn destun ymholiadau amddiffyn plant sy'n arwain at Gynhadledd Amddiffyn Plant Gychwynnol. Mae rhagor o wybodaeth am y cynnig eiriolaeth llawn i blant i'w weld [yma](#).

Cyflwyniad

Mae'r pandemig coronafeirws (Covid-19) wedi golygu heriau newydd ac anodd i bawb. Mae llawer o aelwydydd wedi'u rhoi o dan straen neu wedi wynebu trallod oherwydd effaith gymdeithasol, seicolegol ac economaidd y pandemig a'r cyfyngiadau symud.

Rydym ni'n gwybod bod ymarferwyr sy'n gweithio ar draws asiantaethau yn y sector statudol a'r trydydd sector wedi gorfod addasu'n gyflym i ffyrdd newydd o weithio, gan barhau i wneud yn siŵr bod plant a theuluoedd yn cael cymorth. I rai, mae hyn wedi golygu dod o hyd i ffyrdd newydd o ddarparu gwasanaethau drwy blatfformau rhithwir, i eraill mae cyswllt wyneb yn wyneb wedi parhau yn unol â [chyngor Iechyd Cyhoeddus Cymru](#) ar gadw pellter cymdeithasol a chyfarpar diogelu personol. Ar yr un pryd, bu'n rhaid i ymarferwyr geisio cydbwysu gwaith â'r newidiadau sydd wedi dod yn sgil y pandemig i'w cartrefi, eu teuluoedd a'u cyfrifoldebau gofalu.

Mae gwasanaethau wedi gwneud popeth o fewn eu gallu o dan amgylchiadau anodd ond rydym yn gwybod yn anffodus y bydd rhai plant wedi profi niwed heb i ni wybod. Mae darparu amser a lle i wrando'n uniongyrchol ar blant yn cefnogi system sy'n canolbwyntio ar y plentyn ac yn hyrwyddo ymarfer diogelu da. Mae'r pandemig yn golygu bod yna heriau newydd o ran cyflawni hyn.

Mae Gwasanaethau Cymdeithasol Plant wedi cadw cyswllt wyneb yn wyneb ar gyfer plant a nodwyd fel rhai sydd mewn perygl drwy gydol y pandemig. Fodd bynnag, bydd y rhan fwyaf o blant nad ydyn nhw eisoes wedi'u nodi fel rhai mewn perygl wedi cael rhith-gyswllt drwy gyfrwng fideo, dros y ffôn neu ar-lein gyda gwasanaethau o'u cartref gydag aelodau o'r teulu'n bresennol. Mae hyn yn debygol o effeithio ar y cyfleoedd i ymarferwyr sylwi ar gamdriniaeth ac i blant ddatgelu niwed.

Nod y canllaw hwn yw helpu ymarferwyr i gael gafael ar wybodaeth a chyngor ar adnabod camdriniaeth a/neu gefnogi datgeliadau ac adrodd am bryderon.

Ceir dolenni hefyd i wybodaeth ac adnoddau i gefnogi llesiant ac atal cam-drin.

Mae llawer o ymarferwyr yn brofiadol iawn mewn ymarfer diogelu; efallai na fydd eraill yn teimlo mor hyderus yn y maes ymarfer hwn. Mae'r canllaw hwn yn cynnwys gwybodaeth y mae llawer o ymarferwyr yn ymwybodol ohoni eisoes ond rydym yn gobeithio y bydd cynnwys y wybodaeth hon mewn un canllaw o gymorth.

Byddwn yn datblygu gwybodaeth i blant, pobl ifanc a theuluoedd hefyd i annog y rhai sydd angen help i godi llais a chael cymorth.

Byddwn yn parhau ag ymgyrchoedd sy'n wynebu'r cyhoedd hefyd i annog pobl i roi gwybod am unrhyw bryderon diogelu.

Beth ddylai pob ymarferydd ei wybod

Mae gan bob ymarferydd sy'n gweithio yng Nghymru gyfrifoldebau diogelu tuag at y plant a'r oedolion y maen nhw'n gweithio gyda nhw. Mae hyn yn cynnwys gweithredu mewn ffordd nad yw'n rhoi unrhyw un mewn perygl, rhoi gwybod am bryderon y gallai plentyn neu oedolyn fod mewn perygl a gwneud yn siŵr bod camau'n cael eu cymryd ynglŷn â phryder diogelu.

Dylech fod yn gyfarwydd â chynnwys y Polisi Diogelu ar gyfer y man lle'r ydych chi'n gweithio neu'n gwirfoddoli. Gelwir hyn yn Bolisi Amddiffyn Plant weithiau.

Dylech wybod sut i gysylltu â'r Unigolyn Diogelu Dynodedig ar gyfer y man lle'r ydych chi'n gweithio neu'n gwirfoddoli.

Dylid gwrandao ar blant a sicrhau bod eu barn yn cael ei hystyried ym mhob cam. Dylid eu gwneud i deimlo bod eu hanghenion a'u llesiant yn ganolog i'r penderfyniadau a wneir amdanynt. Nid yw hyn o reidrwydd yn golygu y byddant yn cytuno â'r camau a'r penderfyniadau sy'n cael eu cymryd yn eu cylch bob amser, ond bod y rhesymau dros y penderfyniadau hyn yn cael eu hesbonio'n glir iddyn nhw.

Os ydych chi'n pryderu bod plentyn (hyd at 18 oed) mewn perygl o gael ei gam-drin, ei esgeuluso a/neu ei niweidio, mae'n rhaid i chi roi gwybod i'r Gwasanaethau Cymdeithasol Plant am y pryderon hyn. Rhaid i chi roi gwybod hefyd am bryderon bod oedolyn (18 oed neu hŷn) mewn perygl o gael ei gamdrin, ei esgeuluso a/neu ei niweidio i'r Gwasanaethau Cymdeithasol Oedolion.

Mae Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 yn gosod [dyletswydd i adrodd](#) am bryderon bod plentyn neu oedolyn mewn perygl ar bartneriaid diogelu perthnasol.

Gallwch ddod o hyd i'r rhifau cyswllt ar gyfer pob awdurdod lleol fel y gallwch roi gwybod am bryder ar y gwefannau Byrddau Diogelu rhanbarthol a restrir [yma](#). Gallwch roi gwybod i'r heddlu am eich pryderon ar 101 hefyd.

Os ydych chi'n credu bod plentyn neu oedolyn mewn perygl uniongyrchol o niwed, rhaid i chi ffonio'r Heddlu ar 999.

Ni ddylech byth dybio y bydd rhywun arall yn hysbysu'r awdurdodau am y pryderon ac os cytunir y bydd rhywun arall yn rhoi gwybod am y pryderon, eich cyfrifoldeb chi yw cadarnhau eu bod wedi gwneud hyn.

Dylech ddisgwyl i Wasanaethau Cymdeithasol Plant neu'r Heddlu gadarnhau wrthyich y byddant yn gwneud ymholiadau am y pryder yr ydych wedi eu hysbysu amdano.

Dylech wybod bod rhannu gwybodaeth yn cefnogi ymarfer diogelu da. Ni ddylai ofnau am ddiogelu data eich atal rhag rhannu gwybodaeth er mwyn atal cam-drin, esgeulustod a/neu niwed. Dylech ddarllen y [canllaw ar rannu gwybodaeth er mwyn diogelu plant](#). Mae [taflen ffeithiau](#) ar gael hefyd.

Sylwi ar arwyddion niwed, camdriniaeth neu esgeulustod

Mae rhai o arwyddion camdriniaeth neu esgeulustod yn hawdd eu gweld tra bod eraill yn fwy cuddiedig. Nid yw arwyddion o niwed, camdriniaeth neu esgeulustod yn amlwg bob amser.

Mae Gweithdrefnau Diogelu Cymru yn cynnwys gwybodaeth i helpu ymarferwyr i adnabod arwyddion niwed, camdriniaeth neu esgeulustod, ac mae rhai ohonynt yn arbennig o gudd. Gall fod yn anodd gweld a deall camdriniaeth a cham-fanteisio gan rywun y tu allan i'r teulu. Efallai hefyd mai profiad cyfyngedig sydd gan rai ymarferwyr o gamdriniaeth sy'n gysylltiedig ag arferion a chredoau diwylliannol mewn rhai cymunedau. Mae nifer o Ganllawiau Ymarfer Cymru Gyfan yn cefnogi Gweithdrefnau Diogelu Cymru sy'n darparu rhagor o wybodaeth am wahanol fathau o gamdriniaeth ac esgeulustod a sut i adnabod yr arwyddion y gall plentyn fod mewn perygl.

Mae tystiolaeth bod rhai nodweddion gwarchoddedig yn rhoi plant mewn mwy o berygl o rai mathau o niwed a chamdriniaeth. Nid yw hwn yn ddarlun syml ond mae **rhyw, rhywioldeb, anabledd ac ethnigrwydd i gyd yn effeithio ar y ffyrdd y gall plant gael eu rhoi mewn mwy o berygl o rai mathau o niwed neu gamdriniaeth ac ar y graddau nad yw achosion o gamdriniaeth yn cael eu hadrodd.**

[Awgrymiadau ar gyfer Ymarfer: Arwyddion a Dangosyddion o gamdriniaeth, esgeulustod a niwed posibl mewn plentyn](#) – mae hyn yn cynnwys gwybodaeth am: gam-drin corfforol; cam-drin rhywiol; esgeulustod; a cham-drin ac esgeuluso emosiynol.

Canllawiau Ymarfer Cymru gyfan:

[Diogelu plant rhag Camfanteisio Troseddol ar Blant \(CTaB\)](#) - mae hyn yn cynnwys camdriniaeth sy'n gysylltiedig â llinellau cyffuriau a mathau eraill o gam-fanteisio troseddol.

[Diogelu Plant rhag eu Hesgeuluso](#) - mae hyn yn cynnwys gwybodaeth am y gwahanol fathau o esgeulustod plant a ffyrdd y gallan nhw gael eu cuddio.

[Diogelu plant rhag camfanteisio rhywiol](#) - mae hyn yn cynnwys gwybodaeth am sylwi ar arwyddion bod plentyn yn cael ei gam-drin yn rhywiol drwy gam-fanteisio.

[Diogelu plant y mae cam-drin domestig yn effeithio arnynt](#) – mae hyn yn cynnwys gwybodaeth am niwed i blant, yr angen i gefnogi rhieni nad ydyn nhw'n cam-drin, plant/pobl ifanc ar drais a chamdriniaeth gan rieni a cham-drin gan gyfoedion mae ganddynt berthynas â nhw.

[Diogelu plant rhag arferion niweidiol sy'n gysylltiedig â thraddodiad, diwylliant, crefydd neu ofergoelau](#) – mae hyn yn cynnwys cam-drin ar sail anrhydedd megis anffurfio organau cenhedlu benywod (FGM) a phriodasau dan orfod i blant (hyd at 18 oed) a cham-drin plant sy'n gysylltiedig â ffydd neu gred.

[Diogelu plant lle mae pryderon ynghylch Ymddygiad Rhywiol Niweidiol \(HSB\)](#) – Mae hyn yn cynnwys gwybodaeth am sut i ddeall beth yw ymddygiad rhywiol niweidiol mewn plant, gan gynnwys ymddygiad rhywiol niweidiol ar-lein.

[Diogelu plant sy'n mynd ar goll o'r cartref neu o ofal](#) – mae hyn yn cynnwys gwybodaeth am sut i benderfynu a ddylid hysbysu'r awdurdodau bod plentyn ar goll a sut i ymateb.

[Diogelu plant rhag cam-drin ar-lein](#) – mae hyn yn cynnwys gwybodaeth am feithrin perthynas amhriodol ar-lein, cam-drin rhywiol ar-lein, ymddygiad rhywiol niweidiol arlein a radicaleiddio ar-lein.

[Diogelu plant a all fod wedi'u masnachu](#) – mae hyn yn cynnwys gwybodaeth am y gwahanol resymau pam y gallai plant gael eu masnachu, ac mae dyletswyddau adrodd a chymorth penodol yn gysylltiedig â'r math hwn o gamdriniaeth.

Plant â statws Plant Digwmni sy'n Ceisio Lloches (UASC): Mae gwybodaeth, cyngor a chanllawiau gan Lywodraeth Cymru i ymarferwyr ar gefnogi plant ar eu pen eu hunain sy'n ceisio lloches, sydd ar gael [yma](#).

Gwasanaeth Gwarchodwyr Annibynnol Masnachu Plant: Mae'n cynnig rhif llinell gymorth 24/7 lle gall ymarferwyr ofyn am gyngor, arweiniad ac adnoddau ar gyfer yr holl fathau o gamfanteisio a gaiff eu diffinio yn y Ddeddf Caethwasiaeth Fodern (Troseddol, Rhywiol, Llafur, Caethwasiaeth Domestig a Chynaeafu Organau). Ffôn: 0800 043 4303

Pryd i roi gwybod am bryder ynghylch plentyn sydd mewn perygl o niwed, camdriniaeth neu esgeulustod

Mae sicrhau eich bod yn ymwybodol o'r arwyddion o niwed, camdriniaeth neu esgeulustod yn bwysig er mwyn i chi allu sylwi bod plentyn o bosibl mewn perygl.

Efallai mai gwybodaeth am ddangosydd unigol o niwed, camdriniaeth neu esgeulustod fydd gan ymarferwyr. Mae tystiolaeth o achosion diogelu lle nad yw plant wedi cael cymorth digonol yn awgrymu nad yw ymarferwyr yn rhannu'r mathau

hyn o bryderon bob amser oherwydd nad ydyn nhw'n ymwybodol bod y digwyddiad unigol hwn yn rhan o batrwm ehangach o bryderon am blentyn.

Wrth feddwl am yr achosion hyn, mae'n amlwg y byddai'r plentyn wedi derbyn ymateb gwahanol pe bai pob ymarferydd oedd â gwybodaeth am blentyn wedi adrodd y wybodaeth honno. Mae angen cymaint o wybodaeth â phosibl am blentyn unigol ar Wasanaethau Cymdeithasol Plant er mwyn gweld y darlun llawn a deall a oes angen ystyried plentyn fel un sydd mewn perygl.

Bydd trafod unrhyw wybodaeth sydd gennych gyda'r unigolyn diogelu dynodedig ar gyfer y lle rydych chi'n gweithio neu'n gwirfoddoli ynddo, yn eich helpu i benderfynu a ddylid rhannu'r wybodaeth gyda Gwasanaethau Cymdeithasol Plant a/neu'r Heddlu.

Gwnewch yn siŵr eich bod yn ymwybodol o'r arwyddion o niwed, camdriniaeth neu esgeulustod a nodir ar dudalen 3 y canllaw hwn.

Mae Gweithdrefnau Diogelu Cymru yn cynnwys gwybodaeth fanylach am yr hyn i'w wneud pan fyddwch yn [pryderu bod plentyn mewn perygl](#).

[Awgrym ar gyfer Ymarfer: Rhwystrau Posibl i Adnabod ac Adrodd am Gamdriniaeth neu Esgeulustod](#): gwybodaeth am rai o'r rhesymau y gallai ymarferwyr fod yn amharod i roi gwybod am bryderon, y dylid rhoi gwybod amdanynt.

Mae pob darn o wybodaeth yn bwysig, gan ei fod yn un rhan o'r darlun mwy ynghylch a yw plentyn mewn perygl.

Os ydych chi'n ansicr ynglŷn â'ch pryderon neu am beth i'w wneud [gofynnwch am gyngor](#).

Mae angen i chi wybod pa [wybodaeth i'w chasglu er mwyn cyflwyno adroddiad](#) ar gyfer Gwasanaethau Cymdeithasol Plant neu'r Heddlu.

Beth i'w wneud os bydd plentyn yn dweud wrthy ch ei fod ef neu hi neu blentyn arall yn cael ei niweidio neu wedi cael ei niweidio

Pan fydd plentyn yn dweud wrth oedolyn diogel am niwed, camdriniaeth neu esgeulustod, yr enw ar hyn yw gwneud 'datgeliad'. Bydd llawer o wybodaeth yn cyfeirio at 'blant yn datgelu' ac 'ymdrin â datgeliadau'.

Pan fydd plentyn yn dweud rhywbeth wrthy ch chi amdano'i hun yn cael ei niweidio neu am blentyn arall yn cael ei niweidio, mae'n ymddiried ynoch chi. Mae wedi penderfynu eich bod chi'n rhywun diogel i ddweud wrtho am yr hyn sydd wedi digwydd. Mae hyn yn golygu bod angen i ymarferwyr sy'n gweithio gyda phlant fod yn barod i wrando, i glywed yn iawn a gweld beth mae plentyn yn ei fynegi ac i ymateb mewn ffordd ddiogel pan fo plant yn gwneud datgeliad.

Gall fod yn anodd iawn i blant siarad am niwed, camdriniaeth neu esgeulustod. Efallai y bydd y sawl oedd yn eu niweidio wedi dweud wrthyn nhw y byddan nhw'n cael eu ceryddu os byddan nhw'n 'dweud' wrth rywun neu y bydd pethau drwg yn digwydd iddyn nhw neu i'r bobl sy'n bwysig iddyn nhw. Efallai y bydd rhai plant yn oedi cyn dweud wrth unrhyw un am gamdriniaeth am gryn amser ac efallai na fydd rhai byth yn dweud wrth unrhyw un neu efallai na fyddant yn dweud wrth neb nes eu bod yn oedolion.

Hyd yn oed os nad yw hyn wedi digwydd, bydd plant yn poeni am achosi trafferth i rywun sy'n bwysig iddyn nhw yn eu teulu neu rywun sy'n ffrindiau iddyn nhw neu gyfoedion y mae ganddynt berthynas â nhw. Gallai plant boeni hefyd y byddant yn cael eu symud oddi wrth eu teuluoedd, yn enwedig os yw'r cam-drin yn digwydd o fewn eu teuluoedd; yr enw ar hyn yw 'camdriniaeth o fewn y teulu'.

Pan fydd plant yn cael eu niweidio gan rywun o'r tu allan i'w teulu, yr enw ar hyn yw 'cam-drin y tu allan i'r teulu'. Mae'r ffordd y mae cam-drin y tu allan i'r teulu'n digwydd yn golygu y bydd gan blant ryw fath o berthynas yn aml â'r person(au) sy'n ymwneud â'r cam-drin, sy'n bwysig iddyn nhw ac yn aml bydd y camdriniwr/wyr mewn sefyllfa i arfer rheolaeth dros y plentyn.

Mae'n bwysig gwybod y gall plant 'ddweud' wrth rywun drwy siarad, drwy chwarae neu drwy eu hymddygiad. Mae dysgu o achosion lle nad yw plant wedi cael cymorth digonol yn dangos digwyddiadau'n aml lle'r oedd plant wedi ceisio rhoi gwybod i bobl beth oedd yn digwydd ar sawl achlysur, heb ddefnyddio'r geiriau 'dwi'n cael fy ngham-drin'.

I rai plant nad Saesneg yw eu mamiaith, mae'n bosibl y bydd rhwystrau cyfathrebu ychwanegol i ddatgelu niwed ac mae'n hanfodol bod y plentyn yn cael ei gynorthwyo i rannu gwybodaeth gan ddefnyddio cyfieithydd annibynnol/cymeradwy. Mae'n bwysig hefyd ystyried sut y gall diwylliant effeithio ar allu plentyn i adnabod a datgelu unrhyw niwed. Mae'n bwysig sicrhau bod plant sydd â Saesneg cyfyngedig o bosibl yn cael dehonglwyr cymeradwy yn ystod sesiynau (gan gynnwys ar-lein) a bod adnoddau eraill fel cardiau fflach ac adnoddau wedi'u cyfieithu'n cael eu defnyddio.

Gall plant anabl a B/byddar fod yn defnyddio iaith wahanol hefyd a ffyrdd gwahanol o gyfleu eu hanghenion neu fynegi rhywbeth sy'n digwydd iddyn nhw. Mae mwy o wybodaeth am hyn [yma](#).

Mae llawer o ymarferwyr mewn cysylltiad â'r plant y maen nhw'n eu cefnogi drwy fideo, ffrydio byw neu dros y ffôn ar hyn o bryd. Mae cyngor i ymarferwyr addysg ar sut i ffrydio'n fyw'n ddiogel ar gael yn ardal mynediad agored yr Hwb, [yma](#). Er bod y canllawiau hyn wedi'u bwriadu ar gyfer ymarferwyr addysg, maen nhw'n cynnwys cyngor a fydd o gymorth i bob ymarferydd.

Efallai y bydd plant yn ei chael hi'n arbennig o anodd datgelu niwed pan fyddan nhw'n siarad â chi o'u cartrefi eu hunain drwy ffrydio byw, sgwrs fideo neu dros y ffôn a phan y gallai rhywun eu clywed nhw. Mae cyngor ar ymdrin â datgeliadau yn dal i fod yn berthnasol os yw plentyn yn dweud wrthyh chi am rywbeth pan fyddwch yn siarad â nhw o bell. Fodd bynnag, mae'n debygol y bydd yna heriau ychwanegol.

Mae'n bwysig eich bod yn dal i chwilio am unrhyw arwyddion sy'n peri pryder i chi pan fyddwch chi'n gweld neu siarad â'r plentyn o bell. Efallai y byddwch yn sylwi bod newid yn hwyliau neu ymddygiad y plentyn, efallai y bydd yn bosibl gweld arwyddion corfforol o esgeulustod neu gamdriniaeth gorfforol neu ddiffyg goruchwyliaeth briodol. Dylech weithredu ynglŷn â'r pryderon hyn yn yr un modd ag y byddech yn ei wneud petaech yn gweld y plentyn wyneb yn wyneb.

Mae Gweithdrefnau Diogelu Cymru yn cynnwys cyngor ar beth i'w wneud [pan fydd plentyn yn dweud wrthyh ei fod ef/hi neu blentyn arall yn/wedi cael ei niweidio](#).

[Awgrymiadau ar gyfer Ymarfer: 10 egwyddor allweddol ar gyfer rheoli datgeliadau camdriniaeth ac esgeulustod](#) : gwybodaeth i'ch helpu i reoli datgeliadau gan blant.

Edrychwch ar adnodd yr NSPCC [Let children know you're listening](#) sy'n cynnwys animeiddiad gyda chyngor ar ymdrin â datgeliadau.

Mae gan Stop it Now Cymru adnoddau ar gyfer ymarferwyr a theuluoedd ar sylwi ar arwyddion cam-drin plant yn rhywiol ac atal camdriniaeth fel rhan o'r ymgyrch [What we all need to know](#) .

Mae'n syniad da atgoffa'r plant ar ddiwedd sgwrs fideo, ffrydio byw neu alwad ffôn y gallan nhw gysylltu â Childline os ydyn nhw'n poeni am unrhyw beth. Gallan nhw ffonio Childline am ddim ar 0800 1111, ni fydd yn ymddangos ar y bil ffôn ac nid oes angen credyd ar eu ffôn symudol i'w ffonio. Rhowch wybod iddyn nhw os yw'n anodd siarad ar y ffôn, yna gallan nhw [sgwrsio â chwrselydd ar-lein](#). Gellir cyflwyno hyn i'r sgwrs mewn modd ffeithiol, yn enwedig gan fod Childline yn cynnig cymorth mewn perthynas ag amrywiaeth eang o faterion.

Beth sy'n digwydd ar ôl i chi gyflwyno adroddiad am blentyn sydd mewn perygl?

Mae Gweithdrefnau Diogelu Cymru yn cynnwys [gwybodaeth](#) ynglŷn â sut y bydd Gwasanaethau Cymdeithasol Plant yn ymateb i adroddiad am blentyn mewn perygl a sut y gallech fod yn gysylltiedig ag ymholiadau am y plentyn.

Os bydd y gwiriadau cychwynnol a wneir gan y Gwasanaethau Cymdeithasol Plant yn arwain at benderfyniad nad oes unrhyw bryderon ynghylch amheuaeth o niwed sylweddol i'r plentyn, dylent roi gwybod i chi am y canlyniad hwn a'r rhesymau dros eu penderfyniad. Mae Gweithdrefnau Diogelu Cymru'n cynnwys [cyngor](#) ar sut i ddal ati i gyfathrebu â'r plentyn ac ar beth i'w wneud os ydych chi'n anghytuno â'r penderfyniad a wnaed.

Pobl ifanc dros 18 oed ac oedolion eraill

Mae rhai ymarferwyr yn gweithio gyda phlant o dan 18 oed a chyda phobl ifanc 18 oed neu hŷn. Yn gyfreithiol, mae unrhyw un 18 oed neu hŷn yn oedolyn ac yn destun trefniadau ar gyfer diogelu oedolion. Fodd bynnag, o safbwynt pobl ifanc unigol mae'n bosibl na fyddai hyn yn gwbl glir a syml ac mae'n bosibl na fydd y pryderon sydd gennych am blentyn 17 oed yn diflannu ar y diwrnod pan fydd yn troi'n 18 oed. Mae angen i ymarferwyr sy'n gweithio gyda phobl ifanc sy'n agosáu at eu penblwydd yn 18 oed neu sy'n gweithio gydag oedolion ifanc wybod sut a phryd i roi gwybod am bryderon yn eu cylch.

Bydd llawer o ymarferwyr yn gweithio gyda rhieni, gofalwyr a theuluoedd y plant maen nhw'n eu cynorthwyo hefyd. Yma hefyd, mae angen i chi wybod sut a phryd i roi gwybod am bryderon bod oedolyn mewn perygl o gael niwed neu gael ei gamdrin.

Mae Gweithdrefnau Diogelu Cymru yn cynnwys gwybodaeth a chyngor ar adnabod, rhoi gwybod am bryderon mewn perthynas ag [oedolion mewn perygl](#) ac ymateb iddyn nhw.

Os ydych chi'n pryderu am oedolyn ifanc neu oedolyn arall mewn perthynas â masnachu mewn pobl, caethwasiaeth fodern a thrais yn erbyn menywod, mae gwybodaeth am gam-drin domestig a thrais rhywiol ar gael yn [Byw Heb Ofn](#).

Gallwch ffonio llinell gymorth Byw Heb Ofn hefyd, llinell gymorth gyfrinachol 24-awr am ddim sy'n cynnig cymorth a chyngor i bawb sy'n dioddef camdriniaeth a thrais, waeth beth fo'u rhyw a'u cyfeiriadedd rhywiol, ac i "eraill sy'n poeni" megis ymarferwyr, aelodau o'r teulu, ffrindiau, cydweithwyr ac aelodau'r cyhoedd. Ffôn 0808 8010 800.

Mae gan Bawso linell gymorth 24 awr sy'n darparu gwybodaeth, cyngor a chymorth i bobl dduon a lleiafrifoedd ethnig yng Nghymru, a effeithir gan

gamdrin domestig, priodas dan orfod, anffurfio organau cenhedlu benywod, masnachu pobl a chaethwasiaeth fodern. Gellir ffonio [Bawso](#) ar 0800 731 8147

Help cynnar ac atal niwed, camdriniaeth ac esgeulustod

Bydd yna blant rydych chi'n gweithio gyda nhw sy'n agored i niwed ac rydych chi'n pryderu yn eu cylch ond lle nad oes gennych chi bryderon diogelu penodol. Bydd adegau hefyd pan fyddwch chi'n cysylltu â Gwasanaethau Cymdeithasol Plant neu'r Heddlu i roi gwybod iddyn nhw am bryder a'u bod nhw'n gwneud penderfyniad nad yw plentyn mewn perygl o niwed sylweddol.

Mae cynnig cymorth cynnar i blant sy'n agored i niwed a'u teuluoedd yn bwysig o ran atal niwed, camdriniaeth neu esgeulustod yn y dyfodol. Gall hyrwyddo llesiant plant eu gwneud yn llai agored i niwed neu gamdriniaeth hefyd. Mae adnoddau ar gael arlein a allai fod o gymorth i chi neu y gallwch eu rhannu gyda'r plant a'r teuluoedd rydych yn eu cynorthwyo. Mae gwybodaeth ar gael ar-lein hefyd am wasanaethau ataliol yn yr awdurdod lleol lle rydych chi'n ymarfer.

Gwybodaeth gyswllt ar-lein am wasanaethau cymorth yn eich awdurdod lleol

Dod o hyd i wybodaeth gyswllt ar gyfer gwasanaethau ataliol i blant a theuluoedd: Mae [Dewis Cymru](#) yn wasanaeth ar-lein lle gallwch chwilio am wasanaethau ataliol megis Teuluoedd yn Gyntaf a gwasanaethau'r trydydd sector yn yr awdurdod lleol lle rydych chi'n gweithio.

Dod o hyd i wybodaeth gyswllt am wasanaethau sy'n cynnig cymorth mewn perthynas â Thrais yn Erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol: Mae gan Cymorth i Ferched Cymru wybodaeth am [ddod o hyd i'ch gwasanaeth lleol](#).

Gwybodaeth, cyngor a dolenni ar-lein i linellau cymorth

Llinellau cymorth ar gyfer plant a phobl ifanc: Mae gwybodaeth gyswllt ar gyfer Childline, MEIC, Byw Heb Ofn a'r Samariaid ar gael drwy'r [ddolen](#) hon ar yr Hwb i'w rannu gyda'r plant a'r pobl ifanc rydych yn eu cynorthwyo.

Hwb gwybodaeth coronafeirws ar gyfer plant, pobl ifanc a theuluoedd: Mae Comisiynydd Plant Cymru wedi creu [Hwb gwybodaeth](#) gyda llawer o wybodaeth a allai fod o gymorth i'r plant, y pobl ifanc a'r teuluoedd rydych chi'n gweithio gyda nhw.

Cyngor i rieni: Mae gwybodaeth a chyngor i rieni ar wefan [Magu Plant. Rhowch amser iddo - cadw'n bositif](#) Llywodraeth Cymru.

Cyngor i rieni ar gadw plant yn ddiogel yn ystod y coronafeirws/Covid 19: Mae gan yr NSPCC bob math o [wybodaeth a chyngor](#) ar gyfer rhieni a gofalwyr.

Diogelwch ar-lein: Mae gan safle hwb Llywodraeth Cymru ystorfa o adnoddau ar gyfer ymarferwyr ac adnoddau i chi eu rhannu gyda phlant, pobl ifanc a'u rhieni/gofalwyr yn y [Parth Diogelwch Ar-lein](#). Nid oes angen cyfrif Hwb i gael mynediad i hyn.

Gweminarau ar gadw teuluoedd yn ddiogel ar-lein: Mae'r NSPCC ac O2 yn gweithio mewn partneriaeth i gynnig gweminarau rhagarweiniol 30 munud am ddim ar gadw teuluoedd yn ddiogel ar-lein. Mae'r gweminarau'n amlygu'r risgiau y gall plant eu hwynebu ar-lein wrth gynnig cyngor ymarferol a chyfeirio at gymorth a chefnogaeth. I drefnu gweminar, anfonwch e-bost at parentworkshops@nspcc.org.uk

Rhaglen Graidd Cyswllt Ysgolion Cymru Gyfan: Gwefan ddwyieithog yw [SchoolBeat Cymru](#). gan Raglen Graidd Cyswllt Ysgolion Cymru Gyfan, sy'n darparu gwybodaeth ac adnoddau i ddisgyblion, athrawon, rhieni a phartneriaid i atgyfnerthu'r negeseuon allweddol a gyflwynir gan ein Swyddogion Cymuned Ysgol yr Heddlu mewn ysgolion cynradd ac uwchradd yn ogystal â lleoliadau addysgol amgen. Mae'r wefan yn canolbwyntio ar dair prif thema'r rhaglen: camddefnyddio cyffuriau a sylweddau, diogelwch personol a diogelu, ac ymddygiad cymdeithasol a chymuned.

Iechyd Cyhoeddus Cymru: Mae'r [wybodaeth](#) ddiweddaraf am y coronafeirws/Covid-19 gan Iechyd Cyhoeddus Cymru gan gynnwys cyngor i ymarferwyr iechyd a gofal cymdeithasol.

ACE Aware Cymru: Profiadau niweidiol yn ystod plentyndod yw ACEs ac maen nhw'n effeithio ar blant, pobl ifanc a'u teuluoedd ledled Cymru. Mae deall profiadau niweidiol yn ystod plentyndod a siarad amdany'n nhw'n bwysig – dysgwch fwy yn <https://www.aceawarewales.com/croeso>

Dysgu am ACEs: Mae Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod (ACEs) yn cynnwys camdriniaeth a materion sy'n effeithio ar aelwydydd mewn ffordd a all wneud plant yn arbennig o agored i gael eu cam-drin. Mae Hwb ACEs yn cynnig [pecyn e-ddysgu am ACEs](#) am ddim bellach.

Iechyd meddwl pobl ifanc: Gan gydnabod bod llawer o bobl ifanc yn gweld y sefyllfa bresennol yn heriol, rydym wedi creu [pecyn cymorth](#) ar-lein sy'n hyrwyddo'r adnoddau digidol niferus sydd wedi'u cynllunio'n benodol i gefnogi pobl ifanc rhwng 11 a 25 oed gyda'u hiechyd meddwl a'u llesiant emosiynol eu hunain. Nid oes angen cyfrif Hwb arnoch i gael mynediad i hyn. Gall pobl ifanc gael gafael ar wasanaethau iechyd meddwl arbenigol drwy'r GIG drwy atgyfeiriad gan eu meddyg teulu.

Trawma: Mae'r [canllaw](#) hwn wedi'i ysgrifennu ar gyfer ymarferwyr sy'n cefnogi rhywun sydd wedi profi digwyddiadau trawmatig. Mae gan Iechyd Cyhoeddus Cymru wybodaeth am [ganlyniadau covid-19 ar iechyd meddwl](#) hefyd.

Tîm Cymorth Ieuenctid Ethnig (EYST) – Mae EYST yn cynnig cymorth uniongyrchol i blant a phobl ifanc yn Abertawe a Chaerdydd a gall roi cyngor a

chymorth i ymarferwyr ledled Cymru. Gallwch gael rhagor o wybodaeth ar eu [gwefan](#).

Cyngor i ffoaduriaid a cheiswyr lloches: Mae gan [wefan Noddfa](#) wybodaeth a chyngor y gallwch eu rhannu gydag unrhyw deuluoedd sy'n ffoaduriaid a cheiswyr lloches yr ydych yn gweithio gyda nhw. Mae hyn yn cynnwys gwybodaeth am [Aros yn Ddiogel](#).

Anabledd Dysgu Cymru – Mae gan Anabledd Dysgu Cymru gyngor a gwybodaeth ar gyfer dysgu plant anabl, pobl ifanc ac oedolion ar eu [gwefan](#) gan gynnwys [gwybodaeth am y coronafeirws/Covid 19](#).

Y Gymdeithas Genedlaethol i Blant Byddar: Mae gan y Gymdeithas Genedlaethol i Blant Byddar wybodaeth, cyngor ac adnoddau ar eu [gwefan](#) a [linell gymorth i deuluoedd](#).

Stonewall Cymru – Mae gan Stonewall Cymru [linell gymorth](#) ar gyfer pobl ifanc ac oedolion LGBT a gwybodaeth am y [coronafeirws/Covid 19](#).

Galop – Gwasanaeth i oroeswyr cam-drin domestig LGBT - Ffôn: 0800 999 5428 www.galop.org.uk