

GALLWCH FY ACHUB I

GWYBOD

Yn ystod y cyfyngiadau symud, gall rhai plant a phobl ifanc gael eu cam-drin a'u camfanteisio'n y cartref. Gallent gael eu gwneud i gredu na ddylent fyth ddweud wrth neb ac mai eu bai nhw yw'r cam-drin. A hwythau wedi'u cau mewn gyda'u cam-drinwyr, ychydig o gyfle i ddianc neu ddweud wrth rywun sydd ganddynt.

Mae'r plant hyn angen eich cymorth! Fel cymydog neu weithiwr allweddol yn ymweld â chartrefi am unrhyw reswm, efallai mai chi yw'r unig un sy'n gallu gweld cam-drin a hysbysu amdano.

EDRYCH

- Ymddygiad gofalus plentyn o gwmpas unigolion penodol
- Newidiadau sydyn mewn ymddygiad
- Plant gyda chleisiau, llosgiadau, marciau brathu neu doriadau yn eu hesgyrn
- Plant yn edrych yn flinedig, gorbryderus neu'n ofnus
- Clywed neu weld gweiddi a thrais tuag at blentyn
- Plant yn cael eu gweld yn cario neu'n defnyddio cyffuriau
- Plant yn bod yn hwyr neu'n cyrraedd adref yn hwyr mewn gwahanol geir
- Plant ar eu pennau eu hunain yn ymweld â thŷ lle mai ond oedolion sy'n byw yno

GWEITHREDU

- Parhewch yn chwilfrydig ac edrych tu hwnt i'r amlwg
- Os nad yw'n teimlo'n iawn, efallai nad ydyw
- Hyd yn oed os ydych yn ansicr, mae'n well hysbysu eich pryderon
- Peidiwch â cheisio ymyrryd eich hun
- Os oes gennych reolwr / arweinydd diogelu o fewn eich sefydliad, hysbyswch nhw ar unwaith
- Ffoniwch yr heddlu ar 101 neu 999 mewn argyfwng
- Ffoniwch yr NSPCC ar 0808 800 5000