Stop It Now! Cymru

Cydweithio i atal cam-drin plant yn rhywiol

Dros y flwyddyn ddiwethaf, mae **Stop It Now! Cymru** wedi bod yn brysur yn gwneud adnoddau newydd ar gyfer rhieni, gofalwyr a gweithwyr proffesiynol, yn ogystal â diweddaru'r rhai presennol, i sicrhau bod oedolion yn cael y cymorth a'r cyngor sydd eu hangen arnynt i atal cam-drin plant yn rhywiol.

Isod fe welwch ragor o wybodaeth am y rhain a'n sesiynau hyfforddi sydd ar ddod, ac awgrymiadau ar sut i rannu gyda'ch rhwydweithiau i'n helpu i gadw plant yn ddiogel rhag niwed.

Os oes gennych unrhyw gwestiynau am y pecynnau neu os hoffech ragor o wybodaeth, cysylltwch â ni: **wales@stopitnow.org.uk**.

Er mwyn cadw ein gwefan a'n hadnoddau mor effeithiol â phosibl, byddem yn gwerthfawrogi'n fawr petaech yn **cwblhau ein harolwg byr**. Mae'n gwbl gyfrinachol a bydd yn cymryd ychydig funudau i'w gwblhau.

Pwy ydym ni

Ers 2008, rydym wedi bod yn gweithio ledled Cymru gydag awdurdodau lleol, byrddau diogelu, heddluoedd, llywodraeth Cymru, sefydliadau gwirfoddol, a theuluoedd a chymunedau i atal cam-drin plant yn rhywiol.

Mae ein **llinell gymorth** di-enw, gwasanaeth negeseuon diogel a sgwrs fyw yn rhoi lle cyfrinachol i'r cyhoedd a gweithwyr proffesiynol drafod pryderon am gam-drin plant yn rhywiol. Rydym yn gweithio gydag oedolion sy'n poeni am:

- eu meddyliau neu eu hymddygiad eu hunain, oddi ar-lein ac ar-lein
- ymddygiad oddi ar-lein neu ar-lein oedolyn arall
- ymddygiad rhywiol plentyn neu berson ifanc oddi ar-lein neu ar-lein

Ochr yn ochr â'n llinell gymorth, mae cannoedd o filoedd wedi defnyddio ein **hadnoddau hunan-gymorth** i gael cymorth i reoli eu meddyliau a'u hymddygiad, ar-lein ac oddi ar-lein.

Pam mae angen eich help arnom

Mae cam-drin rhywiol yn effeithio ar tua 1 o bob 6 o blant ledled y DU. Mae ein hadnoddau a'n hyfforddiant yn helpu rhieni, gofalwyr a gweithwyr proffesiynol i wybod beth y gallant ei wneud i amddiffyn plant rhag niwed. Gallwn eich cefnogi os oes gennych bryderon am oedolyn neu blentyn. Gallwn ni helpu hefyd os oes rhywbeth wedi digwydd eisoes. Mae codi ymwybyddiaeth o'r adnoddau hyn yn hanfodol er mwyn amddiffyn plant rhag niwed ac atal pobl rhag troseddu.

Byddem yn ddiolchgar pe gallech rannu ein hadnoddau a'n gwybodaeth â'ch rhwydweithiau eich hun fel bod cymaint o bobl â phosibl â'r wybodaeth sydd ei hangen arnynt i gadw plant yn ddiogel.

Os oes gennych unrhyw gwestiynau neu os hoffech drafod partneriaethau, cysylltwch â'n tîm cyfathrebu: **comms@stopitnow.org.uk**.

Ein prosiectau

Prosiect Ymyrraeth Gynnar

Ariennir y rhaglen un-i-un hon gan Lywodraeth Cymru ac mae'n darparu ymyriad addysgol i deuluoedd y nodir eu bod mewn perygl neu'n agored i niwed gan wasanaethau statudol neu wirfoddol, ar gyfer cam-drin neu ecsbloetio plant yn rhywiol. Bydd oedolion o fewn teuluoedd yn dysgu y ffordd orau i amddiffyn plant a phobl ifanc, ar-lein ac oddi ar-lein, drwy ddatblygu cynllun diogelwch teulu.

I gael rhagor o wybodaeth a manylion am sut i gyfeirio teulu, ewch i **wefan Stop It Now! Cymru**.

Hyfforddi'r hyfforddwr

Mae'r sesiwn hwn yn dysgu cyfranogwyr i roi ein cyflwyniad 'Rhieni yn Amddiffyn' i deuluoedd a rhieni, codi ymwybyddiaeth a rhannu gwybodaeth am y ffeithiau ynghylch cam-drin plant yn rhywiol a'i atal. Bydd y digwyddiad dwy ran yn rhoi'r sgiliau a'r hyder i gyfranogwyr, ynghyd ag ymarferion a deunyddiau cyfoes, i ennill eu statws hyfforddwr.

Mae'r sesiynau hyn yn addas ar gyfer gweithwyr proffesiynol sy'n gweithio gyda rhieni neu ofalwyr.

Sesiynau i ddod: 29 a 30 Mawrth 2023; *neu*
26 a 27 Ebrill 2023

Darganfod mwy neu Archebwch nawr

Sesiynau addysg gyhoeddus

Mae ein sesiynau cyhoeddus yn ymdrin ag amrywiaeth o bynciau ac yn addas ar gyfer gwahanol gynulleidfaoedd, gan gynnwys:

- rhieni a gofalwyr ar atal cam-drin plant yn rhywiol
- gweithwyr proffesiynol a diogelu mewn gwahanol gyd-destunau
- diogelwch rhyngrwyd a gwytnwch digidol
- ymddygiad rhywiol niweidiol
- ymwybyddiaeth o ecsbloetio rhywiol ar blant.

Am ragor o wybodaeth ewch i'n **gwefan** neu cysylltwch â **Stop It Now! tîm Cymru**.

Prif siaradwyr y gynhadledd

Os ydych yn mynychu neu'n cynllunio digwyddiad ac yr hoffech i Stop It Now! Cymru rannu eu gwybodaeth a'u harbenigedd yn y maes, fel prif siaradwr, cysylltwch â **Stop It Now! tîm Cymru**.

Rhaglen ddysgu Rhieni yn Amddiffyn

Dyma 12 ffilm fer i helpu i atal cam-drin plant yn rhywiol. Maent wedi'u cynllunio i rieni, gofalwyr a gweithwyr proffesiynol ddeall yr arwyddion rhybudd posibl o gam-drin mewn oedolion a phlant, sut mae cam-drin yn digwydd, pam nad yw plant yn dweud am gam-drin a beth i'w wneud os oes ganddynt bryderon.

Mae'r fideos i'w gweld ar **wefan Rhieni yn Amddiffyn** ac maent ar gael yn y Gymraeg a'r Saesneg.

Ein hadnoddau i rieni, gofalwyr a gweithwyr proffesiynol

Taflenni 'Yr hyn y mae angen i ni i gyd ei wybod'

Mae ein taflenni 'Yr hyn y mae angen i ni i gyd ei wybod' yn cynnwys gwybodaeth hanfodol ar sut i amddiffyn plant rhag cam-drin rhywiol. Maent yn cynnwys cyngor ar sut i atal niwed, sut i adnabod arwyddion rhybudd, mewn oedolion a phlant, a ble i fynd i gael cymorth pellach.

Mae rhai plant yn fwy agored i gael eu cam-drin yn rhywiol, gan gynnwys plant o gefndiroedd lleiafrifoedd ethnig, y rhai ag anawsterau dysgu (plant a rhieni) neu blant a phobl ifanc LGBTQ+. Dyna pam y buom yn gweithio gyda Lleiafrifoedd Ethnig a Chymorth Ieuenctid (EYST), Anabledd Dysgu Cymru (LDW), a Stonewall Cymru i wneud y taflenni.

Maent ar gael i'w lawrlwytho ar ein **gwefan** yn Gymraeg, Saesneg

Pecyn cymorth i ymarferwyr: Atal cam-drin plant yn rhywiol

Mae'r pecyn cymorth hwn yn darparu'r wybodaeth, y cymorth a'r adnoddau sydd eu hangen i reoli unrhyw faterion y byddwch yn dod ar eu traws yn hyderus ac i drosglwyddo negeseuon allweddol i helpu i amddiffyn plant yn eich cymuned.

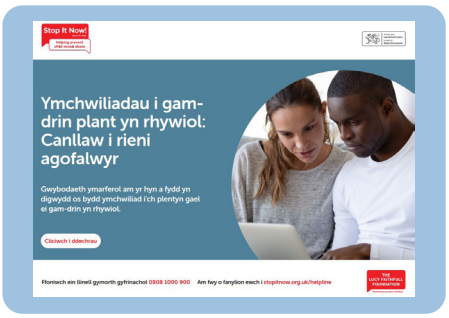
Mae'r canllaw ar gael i'w lawrlwytho ar ein **gwefan** ac mae ar gael yn Gymraeg a Saesneg.

Ymchwiliadau i gam-drin plant yn rhywiol: Canllaw i rieni a gofalwyr

Mae ymchwiliad i gam-drin plant yn rhywiol posib yn gyfnod llawn straen i deuluoedd. Mae ein canllaw yn cynnwys gwybodaeth ymarferol am yr hyn fydd yn digwydd yn ystod ymchwiliad i'ch plentyn gael ei gam-drin yn rhywiol.

Mae'r canllaw hefyd yn cynnwys adnoddau hunanofal a gwybodaeth ar gyfer teuluoedd a phlant, i gefnogi a helpu'r rhai sy'n mynd drwy'r broses ymchwilio.

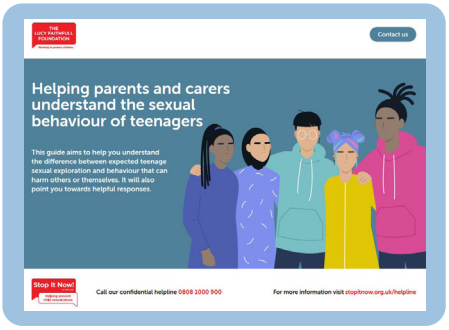
Darganfyddwch fwy a lawrlwythwch y daflen hon ar ein **gwefan**



Helpu rhieni a gofalwyr i ddeall ymddygiad rhywiol pobl ifanc yn eu harddegau

Nod y canllaw hwn yw eich helpu i ddeall y gwahaniaeth rhwng ymddygiad rhywiol disgwyliedig person ifanc yn eu harddegau ac ymddygiad a all niweidio eraill neu eu hunain. Bydd hefyd yn eich cyfeirio at ymatebion defnyddiol.

Mae'r canllaw ar gael i'w lawrlwytho o'n **gwefan**.



Sut gallwch chi ein helpu ni i gadw plant yn ddiogel

Byddem yn ddiolchgar pe gallech rannu ein hadnoddau a'n gwybodaeth gyda'ch rhwydweithiau fel bod cynifer o bobl â phosibl gyda'r wybodaeth sydd ei hangen arnynt i gadw plant yn ddiogel.

Enghreifftiau o ddeunydd i'w roi ar eich cyfryngau cymdeithasol:

Os ydych chi'n poeni am ymddygiad plentyn neu berson ifanc, rydyn ni yma i helpu.
Mae llinell gymorth gyfrinachol @StopItNowCymru yn cynnig cymorth a chyngor anfeirniadol ar sut i gadw plant yn ddiogel. Ffoniwch 0808 1000 900 neu ewch i: https://bit.ly/41HEYKO

Ffoniwch llinell gymorth gyfrinachol @StopItNowCymru os oes gennych unrhyw bryderon am gam-drin plant yn rhywiol a'i atal. Bydd eu cynghorwyr cyfeillgar yn rhoi cymorth anfeirniadol i chi. Ffoniwch 0808 1000 900 neu ewch i: https://bit.ly/41HEYKO

Mae taflenni newydd @StopItNowCymru 'Beth mae angen i ni i gyd ei wybod' yn anelu at rannu gwybodaeth hanfodol gyda rhieni, gofalwyr a gweithwyr proffesiynol ar sut i gadw plant yn ddiogel rhag cam-drin rhywiol. Darganfod mwy: https://bit.ly/3Y9u4dv

Ydych chi wedi gweld ein pecyn cymorth #CSAatal i ymarferwyr? Nod ein pecyn cymorth yw darparu gwybodaeth sydd ei hangen i reoli unrhyw faterion sy'n codi yn hyderus ac i drosglwyddo negeseuon allweddol i helpu i amddiffyn plant o fewn eich cymuned. Darganfod mwy: https://bit.ly/3Y9u4dv

Mae gan @StopItNowCymru ganllaw i rieni a gofalwyr i roi cyngor ymarferol ar yr hyn fydd yn digwydd os oes ymchwiliad i'w plentyn yn cael ei gam-drin yn rhywiol: https://bit.ly/3Y9u4dv

Mae cael sgyrsiau rhywiol gyda rhai dan 16 oed yn anghyfreithlon. Os ydych chi neu rywun rydych yn ei adnabod yn ymddwyn yn anghyfreithlon ar-lein, mae help ar gael i stopio. Ffoniwch llinell gymorth gyfrinachol @StopItNowCymru ar 0808 1000 900

Cylchlythyr neu gopi gwefan a awgrymir:

Mae {rhowch enw'r sefydliad} yn falch o gefnogi Stop It Now! Cymru yn eu nod i atal cam-drin plant yn rhywiol. Ers 2008, maent wedi bod yn gweithio ledled Cymru gyda sefydliadau lleol, gwirfoddol a statudol, yn ogystal â teuluoedd, i helpu i gadw plant yn ddiogel rhag cam-drin rhywiol, ar-lein ac oddi ar-lein.

Mae gan Stop It Now! Cymru linell gymorth gyfrinachol sydd ar gael i unrhyw un sydd â phryderon am gam-drin plant yn rhywiol, gan gynnwys y rhai sy'n pryderu amdanynt eu hunain, y rhai sy'n poeni am oedolyn neu berson ifanc arall, gweithwyr proffesiynol sy'n chwilio am gyngor a rhieni sydd angen cymorth. Maent hefyd yn cael sgwrs fyw, gwasanaeth negeseuon diogel a hunan-gymorth dienw ar-lein.

Mae ganddyn nhw hefyd **amrywiaeth o adnoddau** i rieni, gofalwyr a gweithwyr proffesiynol, gan gynnwys taflenni ar yr hyn rydyn ni i gyd angen gwybod am gam-drin plant yn rhywiol, canllaw atal ymddygiad rhywiol niweidiol a gwybodaeth am beth sy'n digwydd os oes ymchwiliad cam-drin rhywiol gyda'ch plentyn.

I gael rhagor o wybodaeth, ewch i **Stop It Now! Cymru** neu ffoniwch ein llinell gymorth ar 0808 1000 900.

Gallwch gysylltu â thudalen **llinell gymorth Stop It Now!** ar eich gwefan neu mewn unrhyw gylchlythyrau mewnol neu allanol.

Os yn bosibl, gallech hefyd gynnwys datganiad o gefnogaeth ar gyfer y gwaith yr ydym yn ei wneud i amddiffyn plant rhag cam-drin, ar-lein ac oddi ar-lein.

Llinell Gymorth Stop It Now!

Mae **llinell gymorth gyfrinachol Stop It Now!** (0808 1000 900) yma ar gyfer unrhyw un sy'n pryderu am gam-drin plant yn rhywiol a'i atal. Mae ein cynghorwyr profiadol yn cefnogi unrhyw un sy'n poeni am atal cam-drin plant yn rhywiol, a gall helpu gweithwyr proffesiynol gydag achosion penodol neu gyda gwybodaeth gyffredinol am ddiogelwch plant.

Stop It Now! UK & IRELAND
Helping prevent child sexual abuse

Rydym hefyd yn helpu unrhyw un sy'n pryderu am feddyliau, teimladau neu ymddygiad nhw eu hunain neu oedolyn neu berson ifanc arall tuag at blant, yn ogystal ag unrhyw un sy'n pryderu am blentyn neu berson ifanc. Gallwch ofyn i siarad â'n cynghorwyr yn y Gymraeg a'r Saesneg.

Os nad ydych yn barod i siarad â rhywun eto, gallwch ddefnyddio ein **gwasanaeth sgwrsio byw neu negeseuon diogel**.

Grwpiau ymgynghori

Ydych chi'n rhiant, gofalwr neu weithiwr proffesiynol sy'n gweithio gyda rhieni eraill? Oes gennych chi ddiddordeb mewn helpu i ddatblygu ein gwaith ledled Cymru?

Rydym yn chwilio am gyfranogwyr i roi adborth i ni trwy grwpiau ffocws wedi'u targedu. Dyma gyfle i gwrdd â phobl o'r un anian a thrafod sut orau i gadw plant yn ddiogel, ar-lein ac oddi ar-lein.

Cysylltwch â **Stop It Now! tîm Cymru** am ragor o wybodaeth ac i gofrestru eich diddordeb.

Cylchlythyr Stop It Now! Cymru

I glywed mwy am ein gwaith, cofrestrwch i dderbyn ein cylchlythyr chwarterol.

Rydym yn croesawu unrhyw adborth ar ein pecynnau partner, felly **cysylltwch â ni** os oes gennych unrhyw sylwadau neu os hoffech gael rhagor o wybodaeth am ein gwaith.

Am fwy o wybodaeth cysylltwch â:

Stop It Now! Cymru
c/o NSPCC Cymru Wales, Diane Engelhardt House,
(Unied 2) Treglown Court, Dowlais Road,
Cardiff, CF24 5LQ

Llinell gymorth gyfrinachol: 0808 1000 900

stopitnow.org.uk/stop-it-now-wales/
parentsprotect.co.uk
lucyfaithfull.org.uk

Facebook: facebook.com/stopitnowUKandireland
Twitter: @StopItNowWales
LinkedIn: The Lucy Faithfull Foundation
E-bost: wales@stopitnow.org.uk

Ariennir gan Lywodraeth Cymru
Funded by Welsh Government

THE LUCY FAITHFULL FOUNDATION
Working to protect children

Mae Sefydliad Lucy Faithfull yn Elusen gofrestredig Rhif 1013025, ac yn gwmni cyfyngedig trwy warant.

Cofrestrwyd yn Lloegr Rhif 2729957. Swyddfa gofrestredig: 2 Birch House, Harris Business Park, Heol Hanbury, Stoke Prior, Bromsgrove, B60 4DJ.