BWRDD DIOGELU RHANBARTHOL CANOLBARTH A GORLLEWIN CYMRU

CYLCHLYTHYR

Rhify 9, Haf 2025

NEGES GAN REOLWR Y BWRDD

Croeso i rifyn Haf 2025 o Gylchlythyr Bwrdd Diogelu Canolbarth a Gorllewin Cymru! Mae'r rhifyn hwn yn tynnu sylw at ragor o newyddion a'r wybodaeth ddiweddaraf am feysydd pwysig o bolisi, ymarfer a hyfforddiant diogelu, yn ogystal â newyddion ac uchafbwyntiau arfer da gan dimau a gwasanaethau ein hasiantaethau partner ar draws y rhanbarth.

Rydym bob amser yn awyddus i hyrwyddo straeon ac enghreifftiau o'r gwaith rhagorol sy'n digwydd ar draws y rhanbarth, felly parhewch i anfon unrhyw newyddion neu wybodaeth yr hoffech i ni eu rhannu i cysur@pembrokeshire.gov.uk.

Julie Breckon, Rheolwr Diogelu Rhanbarthol Strategol ar gyfer Plant ac Oedolion mewn Perygl

INSIDE THIS ISSUE

REGIONAL

⇒ Adolygiadau ymarfer plant ac oedolion a gyhoeddwyd

⇒ Þ Beth yw adolygiad diogelu unedig sengl (ADUS)?

⇒ Canllaw gwaith cymdeithasol i lys ymchwilio cam-drin domestig canolbarth a gorllewin Cymru – Braenaru

⇒ Cyngor Sir Penfro yn dathlu Wythnos Cwsg Mwy Diogel

⇒ Wythnos Ddiogelu Genedlaethol 2025: Cadwch y dyddiad

⇒ Recordiadau digwyddiadau lledaenu adolygiad ymarfer

⇒ Ap Homeless LocalLink Digartref Sir Benfro a Digartref Sir Gâr

NATIONAL

⇒ Adnodd y Ganolfan Arbenigedd ar Gam-drin Plant yn Rhywiol: ariannu a chomisiynu gwasanaethau ymdrin â cham-drin plant yn rhywiol

⇒ Þ Sefydliad Lucy Faithfull – prosiectau a ariennir gan gyllid craidd yng Nghymru

⇒ Þ Gwasanaeth Eiriolaeth Stelcio Cenedlaethol Paladin

⇒ Þ Adnodd y Ganolfan Arbenigedd ar Gam-drin Plant yn Rhywiol – yr hyn y mae angen i chi ei wybod am gam-drin plant yn rhywiol

⇒ Þ Diwrnod Ymwybyddiaeth Fyd-eang o Gam-drin Pobl Hŷn – 15 Mehefin

⇒ Þ Gwasanaeth am ddim i ysgolion gan NSPCC Cymru

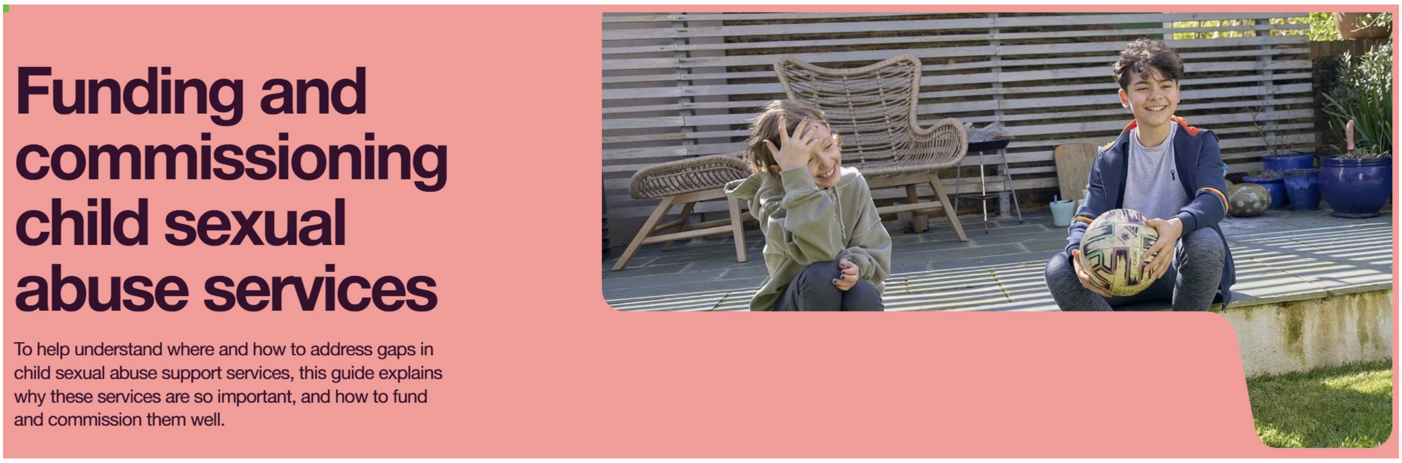
⇒ Þ NSPCC – Bydd yn Glust, Bydd yn Llais

ADNODD Y GANOLFAN ARBENIGEDD AR GAM-DRIN PLANT YN RHYWIOL: ARIANNU A CHOMISIYNU GWASANAETHAU YMDRIN Â CHAM-DRIN PLANT YN RHYWIOL

Mae'r Ganolfan Arbenigedd ar Gam-drin Plant yn Rhywiol (Canolfan CSA) yn falch o gyhoeddi bod ei hadnodd cyllido a chomisiynu gwasanaethau ymdrin â cham-drin plant yn rhywiol bellach wedi'i gyhoeddi. Mae'r canllaw cynhwysfawr hwn wedi'i ddatblygu i fynd i'r afael â'r her ddybryd yn yr ymateb effeithiol i achosion o gam-drin plant yn rhywiol: y bwlch rhwng darpariaeth y gwasanaeth presennol ac anghenion dioddefwyr a goroeswyr cam-drin plant yn rhywiol. Mae gwasanaethau cymorth amserol ac effeithiol yn hanfodol wrth liniaru effeithiau cam-drin, a gallant chwarae rhan hanfodol wrth atal a tharfu ar gam-drin plant yn rhywiol.

Fe'i cynlluniwyd ar gyfer cyllidwyr a chomisiynwyr ar draws ystod eang o drefniadau lleol, rhanbarthol a chenedlaethol, gan gynnwys comisiynwyr heddlu a throseddu, awdurdodau lleol, gwasanaeth iechyd gwladol Cymru a Lloegr a byrddau gofal integredig. Mae'r canllaw yn cynnig dull strwythuredig o ddatblygu a gwella'r ddarpariaeth cymorth.

Mae'r Ganolfan Arbenigedd ar Gam-drin Plant yn Rhywiol yn awyddus i ymgysylltu ymhellach â chyllidwyr a chomisiynwyr, ac yn gobeithio gwerthuso'r effaith y mae'r adnodd hwn yn ei chael ar ddarparu a chyllido gwasanaethau i ddioddefwyr a goroeswyr cam-drin plant yn rhywiol. Rhowch wybod iddi am eich profiadau os ydych chi wedi rhannu hyn gyda chomisiynwyr. Cysylltwch â: shauna.breen@csacentre.org.uk



SEFYDLIAD LUCY FAITHFULL – PROSIECTAU A ARIENNIR GAN GYLLID CRAIDD YNG NGHYMRU

Ar hyn o bryd mae Sefydliad Lucy Faithfull yn cynnig amryw o brosiectau a ariennir gan Lywodraeth Cymru, sy'n cynnig cymorth ac addysg am ddim i bobl ledled Cymru.

Ymyrraeth gynnar ar gyfer teuluoedd agored i niwed:

Mae'r prosiect hwn yn cynnig cymorth personol un-i-un i deuluoedd sydd mewn perygl, gyda'r nod o wella eu galluoedd amddiffynnol a darparu'r arweiniad angenrheidiol. Mae'n seiliedig ar atgyfeiriadau, gan gynnig rhwng tair a 10 sesiwn i oedolion amddiffynnol lle mae pryder neu risg o gam-drin plant yn rhywiol. Gellir cynnal y sesiynau wyneb yn wyneb neu ar -lein. I'r rhai sy'n ystyried atgyfeiriad, anogir trafodaeth achos gyflym i sicrhau cymhwysedd.

Cadw plant yn ddiogel:

Mae'r fenter hon yn canolbwyntio ar addysgu a chodi ymwybyddiaeth ymhlith rhieni, gofalwyr a gweithwyr proffesiynol ledled Cymru drwy sesiynau addysg gyhoeddus dwy neu dair awr o hyd. Yn ogystal, mae'n cynnig sesiynau "hyfforddi'r hyfforddwr" i weithwyr proffesiynol a all wedyn gyflwyno'r sesiynau "Parents Protect!" yn uniongyrchol i rieni. Cynhelir grwpiau ymgynghori bedair gwaith y flwyddyn, gan groesawu aelodau newydd o blith rhieni a gweithwyr proffesiynol.

Ewch i'w gwefan i gael rhagor o wybodaeth: https://www.

LUCY FAITHFULL FOUNDATION Wales | Cymru

ROWNDIAU SCHWARTZ POWYS YN CYNNAL STAFF MEWN GWASANAETHAU PLANT

Mae Cyngor Sir Powys yn falch o fod yn un o'r awdurdodau lleol cyntaf yng Nghymru i ddarparu rowndiau Schwartz i gynnal eu staff mewn gwasanaethau plant. Cynhaliwyd y rownd gyntaf ym mis Mawrth 2024 ac y mae'r awdurdod lleol wedi bod yn eu cynnal bob deufis ers hynny.

Beth yw rowndiau Schwartz?

· Lle diogel a chefnogol i'r grŵp lle mae staff ar draws gwasanaethau plant yn dod ynghyd i wrando a rhannu profiadau am y boddhad a'r heriau cymdeithasol ac emosiynol sy'n gysylltiedig â gweithio ym maes gofal cymdeithasol.

· Mae hwyluswyr yn cefnogi tri storïwr ym mhob un, yn ei dro, i rannu stori bersonol am eu profiadau o weithio ym maes gofal cymdeithasol.

· Yn dilyn hynny, hwylusir trafodaeth grŵp ehangach lle mae'r gynulleidfa'n trafod eu meddyliau a'u hemosiynau am yr hyn y maen nhw wedi'i glywed, a'u cysylltiadau personol eu hunain â hyn.

At ei gilydd, mae 231 aelod o staff wedi ymgymryd â'r rowndiau, gyda'r presenoldeb cyfartalog yn 46 aelod o staff ym mhob rownd. O blith y staff sydd wedi ymgymryd â'r rowndiau, mae 46% wedi bod o'r gwasanaethau cymorth, 22% yn weithwyr cymwys, 15% o gymorth busnes, 12% yn fyfyrwyr, a 5% yn rheolwyr.

I gadw lle ym Mhowys, anfonwch neges e-bost i: schwartzround@powys.gov.uk. Ddim yn siŵr beth yw cylch Schwartz? I gael rhagor o wybodaeth, ewch i: www.theschwartzcenter.org neu www.pointofcarefoundation.org.uk.

LANSIO YMGYRCH IAWN – AFLONYDDU RHYWIOL CYHOEDDUS

Ar 11 Chwefror, lansiodd Llywodraeth Cymru gam diweddaraf ymgyrch Iawn, sy'n annog dynion ifanc yng Nghymru i ddysgu am drais ar sail rhywedd a thrafod eu hymddygiadau a'u meddyliau â'i gilydd. Mae cam diweddaraf yr ymgyrch yn canolbwyntio ar aflonyddu rhywiol cyhoeddus, gan gynnwys ymddygiadau fel chwibanu, bygylu corfforol, a chyffwrdd amhriodol. Roedd y lansiad yn cynnwys taith redeg Iawn gyda 10 clwb rhedeg cymysg eu rhywedd yng Nghaerdydd yn dod ynghyd i drafod aflonyddu rhywiol cyhoeddus, gyda sylw yn y cyfryngau ar ITV Cymru, BBC Radio Wales a BBC Online, ac S4C.

Nod Iawn yw addysgu dynion 18-34 oed, ochr yn ochr â dangos yr hyn y gallant ei wneud i fod yn gynghreiriaid wrth ddod â'r aflonyddu rhywiol cyhoeddus ar fenywod yng Nghymru i ben.
Mae'r ymgyrch yn canolbwyntio ar ymyrraeth gynnar, sef un o'r blaenoriaethau yn y strategaeth bresennol ar drais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol.
Dangoswch eich cefnogaeth i'r ymgyrch yn y ffyrdd canlynol:

· Drwy ddilyn y sianeli Iawn (sydd wedi'u cysylltu isod) o gyfrifon eich sefydliad
· Drwy rannu darn o gynnwys o'r sianeli Iawn ar eich straeon / grid / proffiliau cymdeithasol
· Drwy rannu'n fewnol gyda'ch timau a'ch cysylltiadau perthnasol.

Unrhyw gwestiynau neu ymholiadau, cysylltwch â katie.dowling@llyw.cymru.

SIANELI IAWN:
Instagram: Iawn (@iawncymru) | Instagram
TikTok: Iawn / Sound (@soundcymru) | TikTok
YouTube: https://www.youtube.com/@SoundCymru

ADOLYGIADAU YMARFER PLANT AC OEDOLION A GYHOEDDWYD

Prif ddiben adolygiadau ymarfer yw nodi dysgu amlasiantaethol a gwneud argymhellion i wella arfer diogelu. Dewch o hyd i'n hadolygiad ymarfer a gyhoeddwyd yn fwyaf diweddar isod, ac ar y dudalen adolygiad ymarfer plant ar ein gwefan.

CYSUR 6 2021: Adolygiad Ymarfer Plant Estynedig

Mae'r adolygiad ymarfer plant hwn yn ymwneud â dau blentyn a gafodd eu cam-drin yn rhywiol mewn gofal maeth. Mae'r hyn a ddysgir yn berthnasol i bob ymarferydd amlasiantaeth sy'n gweithio gyda phlant sy'n derbyn gofal ac yn eu cefnogi.

Mae'r adroddiad ar gael yma,, ac y mae hefyd ar gael ar dudalen we Adolygiadau Ymarfer Plant Cyhoeddedig: https://cysur.cymru/adolygiadau-ymarfer-plant-cprs/ Mae recordiad o'r digwyddiad lledaenu ar-lein ar gael yma: https://cysur.wales/training/practice-review-dissemination-videos/

BETH YW ADOLYGIAD DIOGELU UNEDIG SENGL (ADUS)?

Ym mis Hydref 2024, cyhoeddodd Llywodraeth Cymru ganllawiau statudol a oedd yn gweithredu'r model adolygiad diogelu unedig sengl (ADUS) ledled Cymru. Mae'r model yn ymgorffori prosesau adolygu lluosog mewn un model unedig, gan ddileu'r angen i deuluoedd gymryd rhan mewn prosesau niferus ac yn caniatáu i wasanaethau nodi dysgu yn gynt.

Mae model ADUS yn ymgorffori'r prosesau canlynol yn un broses gydlynol – adolygiadau ymarfer oedolion, adolygiadau ymarfer plant, adolygiadau lladdiad domestig ac adolygiadau lladdiad yn ymwneud ag iechyd meddwl.

Pontio i ADUS

Mae'r model ADUS yn disodli'r prosesau adolygu ymarfer plant ac oedolion a oedd ar waith yn flaenorol. Bydd ein tudalennau gwe pwrpasol sy'n cynnal adolygiadau ymarfer plant ac adolygiadau ymarfer oedolion cyhoeddedig yn parhau i fod yn fyw ar ein gwefan, er mwyn rhannu'r dysgu sydd ar gael o'r adolygiadau hyn a gwblhawyd yn ein rhanbarth.

Y model ADUS

Un o egwyddorion craidd y model yw dysgu o brofiadau a safbwyntiau'r unigolion sy'n gysylltiedig â'r digwyddiad. Mae hyn yn golygu ymgysylltu â dioddefwyr a theuluoedd, yn ogystal ag ymarferwyr amlasiantaeth ar draws y gwasanaethau a oedd yn eu cefnogi, i ystyried pa gamau y gellir eu cymryd i gefnogi gwella arferion a darpariaeth gwasanaeth yn y dyfodol.

Mae'r model ADUS newydd hefyd yn cael ei gefnogi gan ddatblygiad Ystorfa Ddiogelu Cymru, a fydd yn cynnal adolygiadau cyhoeddedig ar blatfform arloesol y gellir ei chwilio.

Nid ymchwiliad nac ymholiad yw ADUS, ac nid ydyw ychwaith yn ceisio pennu bai neu feiusrwydd. Yn hytrach, mae'r egwyddor o ddysgu wrth wraidd y model, gan gefnogi'r rhai sy'n ymwneud â'r adolygiad i fyfyrio gyda'i gilydd i nodi camau gweithredu a all arwain at wella arferion ac felly, canlyniadau gwell i blant, oedolion sy'n wynebu risg a dioddefwyr cam-drin domestig.

I gael rhagor o wybodaeth am y model ADUS, ewch i dudalen we benodol Llywodraeth Cymru https://www.llyw.cymru/adolygiad-diogelu-unedig-sengl-canllawiau

Canllaw gwaith cymdeithasol i lys ymchwilio cam-drin domestig Canolbarth a Gorllewin Cymru – Braenaru

paladin

National Stalking Advocacy Service

Gwasanaeth Eirioli Stelcio Cenedlaethol

A YDYCH CHI'N CAEL EICH STELCIO?

- Cael sylw digroeso
- Rhywun nad yw'n cymryd "na" fel ateb
- Maen nhw'n gwybod pethau amdanoch chi / am eich bywyd na ddylen nhw ac nad ydych yn gwybod sut
- Gofyn cwestiynau am eich trefn/amserlenni
- Creu cyfrifon ffug ar-lein / defnyddio rhifau ffôn anhysbys i gadw mewn cysylltiad â chi
- Negeseuon testun / galwadau / negeseuon uniongyrchol ar y cyfryngau cymdeithasol sy'n ddigroeso
- Anfon anrhegion/nodiadau digroeso, bygythiadau i niweidio/lladd (chi/nhw os nad ydych yn cysylltu)

COFIWCH "ADDO"
OS YW'R YMDDYGIADAU FEL A GANLYN:

A ILADRODDUS
D IBAID
D IGROESO
O BSESIYNOL

STELCIO YW HI

GALLAI HYN FOD YN BERTHNASOL I UNRHYW UN YN EICH BYWYD: CYFAILL, CYN-BARTNER, CYDNABOD, ATHRO, CYDWEITHIWR, AC ATI. OS YDYCH WEDI ATEB 'IE' I UNRHYW UN O'R UCHOD, GALLECH FOD YN DIODDEF STELCIO.

GALL UNRHYW UN FOD YN STELCIWR. GALL UNRHYW UN BROFI STELCIO.

RYDYM YN CYNNIG CEFNOGAETH I BOB DIODDEFWR STELCIO RISG UCHEL A NI YW'R UNIG WASANAETH SY'N ARBENIGO MEWN RHOI CYMORTH I UNIGOLION RHWNG 16 A 25 OED SY'N PROFI STELCIO AR DRAWS CYMRU A LLOEGR

0203 866 4107
info@paladinservice.co.uk
www.paladinservice.co.uk
Rhif elusen: 1163801l

MAE STELCIO YN DROSEDD A DYLID EI ADRODD I'R HEDDLU.

MEWN ARGYFWNG, FFONIWCH 999. I ADRODD DIGWYDDIADAU NAD YDYNT YN RHAI BRYS, FFONIWCH 101

CANLLAW GWAITH CYMDEITHASOL I LYS YMCHWILIO CAM-DRIN DOMESTIG CANOLBARTH A GORLLEWIN CYMRU – BRAENARU

Beth yw Braenaru?

Mae hon yn fenter cyfiawnder teuluol wedi'i diwygio a'i gwella ar gyfer ceisiadau cyfraith breifat mewn saith awdurdod lleol (Sir Benfro yn un), sy'n hyrwyddo egwyddorion 'diogelwch yn gyntaf' a 'llais y plentyn', ac mae'n anelu at wneud y canlynol:

· Gwella profiad y llys teulu i bob parti, yn enwedig rhieni sy'n ddioddefwyr cam-drin domestig a'u plant, gan wella profiad plant o broses y llys a'u cyfranogiad (priodol) ynddi.

· Darparu proses llys fwy effeithlon sy'n lleihau oedi wrth sicrhau bod pob gorchymyn yn ddiogel ac yn briodol i'r achos.

· Lleihau'r aildrawmateiddio a all ddigwydd i ddioddefwyr cam-drin domestig, gan gynnwys plant, yn ystod yr achosion cyfreithiol.

· Lleihau nifer yr achosion sy'n dychwelyd drwy orchymyn llys mwy cynaliadwy.

· Mabwysiadu dull amlasiantaethol i wella cydgysylltu rhwng y llys teulu ac asiantaethau, fel awdurdodau lleol a'r heddlu, a'r ffordd y mae honiadau o gam-drin domestig a risgiau eraill o niwed yn cael eu trin.

Sut fydd hyn yn effeithio arnaf i?

O 3 Mawrth 2025 ymlaen, bydd awdurdodau lleol neu Cafcass yn cael gorchymyn i gwblhau adroddiad effaith ar blentyn, gan ddisodli'r adroddiad adran 7 presennol. Yr amserlen ar gyfer cwblhau fydd chwe wythnos (30 diwrnod gwaith), felly bydd yn gyfnod amser tynn.

Bydd yr adroddiad effaith ar blentyn yn canolbwyntio ar y materion craidd i'r plant a'u lles nid ar yr anghydfodau ehangach rhwng rhieni. Drwy ganolbwyntio ar les y plentyn yn llawer cynharach a mabwysiadu dull datrys problemau ymchwiliol, lle mae gwiriadau diogelu yn dangos ei bod yn ddiogel gwneud hynny, rydym yn helpu i roi'r plentyn yn ganolbwynt i'r achos ac yn helpu teuluoedd a'r llys i ystyried effaith y sefyllfa ar y plentyn, gan wneud yr achos yn llai gwrthwynebol. Bydd angen i awdur yr adroddiad ystyried, ar ôl cael ceisiadau a dogfennau ategol, faterion diogelu, cam-drin domestig, a mathau eraill o niwed.

Gwybodaeth a ddarparwyd gan Gyngor Sir Penfro – Gwasanaethau Plant

YR HYN Y MAE ANGEN I CHI EI WYBOD AM GAM-DRIN PLANT YN RHYWIOL

Mae'r Ganolfan Arbenigedd ar Gam-drin Plant yn Rhywiol wedi cyhoeddi trosolwg hygyrch newydd, sef 'Yr hyn y mae angen i chi ei wybod am gam-drin plant yn rhywiol'.

Mae'r trosolwg newydd hwn wedi'i gynllunio i helpu pawb sy'n gweithio gyda phlant i feithrin dealltwriaeth wybodus o gam-drin plant yn rhywiol gan gynnwys: yr hyn a wyddom am raddfa a natur cam-drin plant yn rhywiol, sut i nodi pryderon ac ymateb iddynt, ei effaith a'r hyn y gallwn ei wneud i helpu plant, oedolion a theuluoedd i wella a symud ymlaen.

Mae'r adnodd cyflwyniadol hwn ar gael i unrhyw un sy'n ceisio dysgu mwy am gam-drin plant yn rhywiol, p'un a ydyn nhw'n gweithio'n uniongyrchol gyda phlant ai peidio. Gellir ei ddefnyddio am ddim ar wefan y ganolfan.

GWASANAETH AM DDIM I YSGOLION GAN NSPCC CYMRU

Mae gan NSPCC Cymru wasanaeth am ddim i ysgolion cynradd ac uwchradd yng Nghymru. Mae'r ddau gynnig hwn ar gael yn y Gymraeg a'r Saesneg.

Mae Cofia Ddweud. Cadwa'n Ddiogel yn rhaglen ddiogelu ar gyfer plant rhwng 5 ac 11 oed. Mae ar gael i bob ysgol gynradd yn y DU ac Ynysoedd y Sianel.

Mae'n helpu plant i ddeall:

- · cam-drin ym mhob ffurf a sut i adnabod arwyddion cam-drin
- · nad yw cam-drin byth yn fai plentyn a bod ganddyn nhw'r hawl i fod yn ddiogel
- · ble i gael cymorth a'r ffynonellau cymorth sydd ar gael iddynt, gan gynnwys eu gwasanaeth Childline.

Mae Talk Relationships yn cefnogi pob ysgol uwchradd yn y DU i ddarparu addysg rhyw a pherthnasoedd gynhwysol yn hyderus.

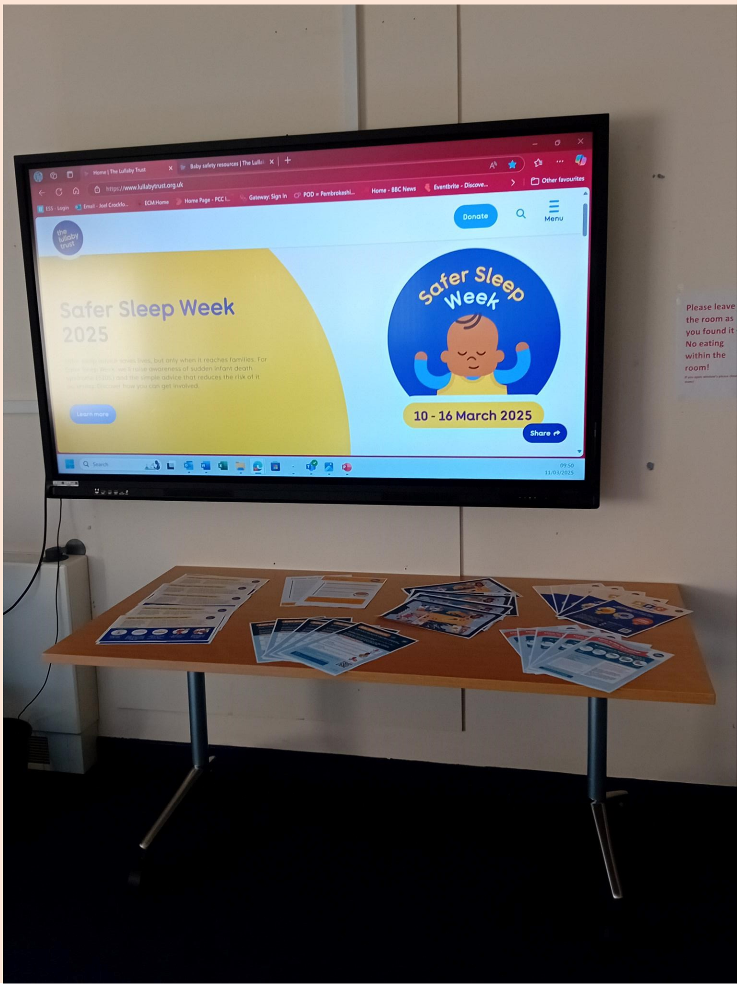
Dymuniad yr NSPCC yw bod pob person ifanc ledled y DU yn deall ymddygiadau iach mewn perthnasoedd, ac yn cydnabod eu hawl i fod yn ddiogel, i gael eu clywed a'u parchu. Mae'n dymuno iddyn nhw wybod sut i gael help gan oedolyn dibynadwy os oes ei angen arnyn nhw.

I gael mynediad at y gwasanaethau:

Ar gyfer yr ysgolion cynradd – Rhaglen Cofia Ddweud. Cadwa'n Ddiogel.
Ar gyfer yr ysgolion uwchradd – Talk Relationships.

CYNGOR SIR PENFRO YN DATHLU WYTHNOS CWSG MWY DIOGEL: DIGWYDDIAD DYSGU GAN Y TÎM CYMORTH I DEULUOEDD A CHYNGHORYDD PERSONOL

Fel rhan o ymrwymiad parhaus Cyngor Sir Penfro i wella diogelwch a lles y teuluoedd maen nhw'n eu cefnogi, daeth y Tîm Cymorth i Deuluoedd a'r gwasanaeth gan gynghorydd personol ynghyd ar gyfer digwyddiad Wythnos Cwsg Mwy Diogel ar y cyd a gyflwynwyd gan eu gweithiwr cymorth Dechrau'n Deg, Joel Crockford. Rhoddodd y sesiwn hon gipolwg gwerthfawr ar arferion cysgu mwy diogel, a rhoddodd gyfle i ymarferwyr ddysgu sut i adnabod problemau sy'n gysylltiedig â chwsg yn gynnar yn y plant y maent yn dod ar eu traws yn ystod eu hymweliadau.



Mae manteision y cydweithrediad hwn yn sylweddol. Drwy ddyfnhau eu dealltwriaeth o gwsg mwy diogel, mae ymarferwyr mewn gwell sefyllfa i gynnig cyngor amserol a phriodol a sicrhau bod teuluoedd a rhieni ifanc sydd â phrofiad o ofal yn derbyn y gefnogaeth y mae ei hangen arnynt. Mae nodi problemau posibl yn gynnar yn golygu y gallant ymyrryd yn gynt, gan helpu i atal niwed a chefnogi arferion cysgu iachach i blant yn y pen draw.

Wrth symud ymlaen, maent wedi ymrwymo i barhau â'r cyfleoedd dysgu cydweithredol hyn i wella eu harferion ymhellach. Drwy gydweithio a rhannu gwybodaeth ar draws timau, gallant wella ansawdd eu gwasanaethau a chefnogi'r teuluoedd a'r plant rydyn ni'n gweithio gyda nhw yn well.

Am adnoddau ychwanegol ar gwsg mwy diogel, rydym yn eich annog i archwilio gwefan Lullaby Trust, sy'n darparu cyngor ac arweiniad arbenigol https://www.lullabytrust.org.uk/

WYTHNOS DDIOGELU GENEDLAETHOL 2025: CADWCH Y DYDDIAD

Bydd Wythnos Diogelu Genedlaethol 2025 yn digwydd o ddydd Llun i ddydd Gwener, 10-14 Tachwedd eleni, gyda'r thema ranbarthol, Arfer Diogelu Cadarnhaol. Mae'r wythnos bwysig hon wedi'i neilltuo i godi ymwybyddiaeth am faterion diogelu a hyrwyddo arferion gorau i amddiffyn unigolion agored i niwed yn ein cymunedau.

Drwy gydol yr wythnos, bydd asiantaethau partner ledled Canolbarth a Gorllewin Cymru yn cynnal amrywiaeth o ddigwyddiadau, gan gynnwys cynadleddau, gweminarau a gweithdai, ar-lein ac wyneb yn wyneb. Bydd y digwyddiadau hyn yn cynnwys siaradwyr arbenigol o'r gymuned diogelu, gan gynnwys unigolion sydd â phrofiadau bywyd.

Bydd rhagor o wybodaeth mewn perthynas â sesiynau unigol yn cael ei rhannu dros yr haf, a byddwn yn rhannu'r rhaglen lawn gyda chi cyn bo hir.

Cadwch lygad am yr wybodaeth ddiweddaraf!

NSPCC

Bydd yn glust bydd yn llais

Hyrwyddo

Bydd yn Glust, Bydd yn Llais

Beth yw Bydd yn Glust, Bydd yn Llais?

Ymgyrch yr NSPCC yw Bydd yn Glust, Bydd yn Llais, sydd â'r nod o atgyfnerthu'r cyhoedd i weithredu os ydyn nhw'n poeni am blentyn neu am deulu.

Drwy wrando a siarad dros y bobl o'n cwmpas, gallwn ni i gyd wneud yn siŵr bod plant yn dod yn gyntaf bob tro. Gallai hyn olygu camu i mewn i helpu i ddelio â gofal plant, bod yn barod i wrando ar berson ifanc sy'n ei chael hi'n anodd, neu ffonio Llinell Gymorth yr NSPCC os ydych chi'n meddwl bod plentyn mewn perygl.

Dyna pam rydyn ni'n cynnig hyfforddiant byr yn rhad ac am ddim i bob oedolyn yn y Y Deyrnas Unedig. Mae testunau trafod yr hyfforddiant yn cynnwys:

- **adnabod yr arwyddion pan gall plentyn fod mewn perygl, a'r camau y gallwch eu cymryd i helpu**
- **sut i ymdrin â sgyrsiau anodd i helpu i gadw plant yn ddiogel**
- **gyda phwy y gallwch chi gysylltu â nhw os ydych chi'n poeni am blentyn neu am ei deulu.**

Gyda'ch cefnogaeth chi, gallwn gynnwys cynifer o bobl â phosibl yn ein hymgyrch, sy'n golygu y gallwn gadw mwy o blant yn ddiogel.

Sut gallwch chi gefnogi'r ymgyrch hon?

1. **Cwblhau 10 munud o'r hyfforddiant digidol: nspcc.org.uk/speakup**
2. **Rhannu ein hyfforddiant â phobl rydych chi'n eu hadnabod**
3. **Cynnal gweithdy Bydd yn Glust, Bydd yn Llais**
   Gweithdai awr o hyd yw'r rhain, sydd ar gael yn rhad ac am ddim ac y gellir eu darparu yn eich gweithle, ysgol, clwb neu grŵp cymunedol. I gael rhagor o wybodaeth, cysylltwch â rhys.beaven@nspcc.org.uk

Diolch i chi am eich cefnogaeth

DIWRNOD YMWYBYDDIAETH FYD-EANG O GAM-DRIN POBL HŶN – 15 MEHEFIN

Mae cam-drin pobl hŷn (60+), a elwir yn aml yn 'gam-drin pobl hŷn', yn broblem iechyd cyhoeddus fyd-eang. Gall fod yn un weithred ar ei phen ei hun neu'n rhywbeth sy'n digwydd yn aml, neu'n ddiffyg gweithredu priodol sy'n digwydd o fewn unrhyw berthynas lle mae disgwyliad o ymddiriedaeth, sy'n achosi niwed neu ofid i berson hŷn. Mae'r math hwn o drais yn groes i hawliau dynol ac yn cynnwys cam-drin corfforol, rhywiol, seicolegol, emosiynol ac ariannol.

· Mae dioddefwyr 61 oed neu'n hŷn yn llawer mwy tebygol o wynebu cam-drin gan aelod o'r teulu sy'n oedolyn na'r rhai sy'n 60 oed ac iau.

· Mae dioddefwyr 61 oed neu'n hŷn yn llawer mwy tebygol o wynebu cam-drin gan bartner agos presennol na'r rhai sy'n 60 oed ac iau.

· Mae dioddefwyr hŷn yn fwy tebygol o fod yn byw gyda'r troseddwr ar ôl cael cymorth.

· Mae dioddefwyr hŷn yn llawer mwy tebygol o fod ag anabledd – i draean ohonynt, mae hyn yn gorfforol (34%).

· Mae dioddefwyr hŷn yn llai tebygol o geisio ymadael â'r troseddwr yn ystod y flwyddyn cyn cael cymorth.

Adroddiad gan Sefydliad Iechyd y Byd ar gam-drin pobl hŷn

"Er gwaethaf yr ymwybyddiaeth gynyddol o gam-drin domestig, mae profiadau pobl hŷn yn parhau i gael eu hanwybyddu. Wrth gydnabod nad yw cam-drin yn dod i ben gydag oedran, mae unigolion hŷn yn aml yn wynebu cam-drin mewn ffyrdd unigryw. Yn ogystal, maent yn wynebu rhwystrau wrth geisio cymorth a gwasanaethau cam-drin domestig. Mae'r rhwystrau hyn yn cynnwys diffyg ymwybyddiaeth gyhoeddus ynghylch ymddygiadau camdriniol sy'n effeithio ar bobl hŷn, diffyg atebion cymorth wedi'u teilwra i'w hanghenion (ar gyfer menywod a dynion hŷn), a chanfyddiad cyffredinol ymhlith unigolion hŷn nad oes dewisiadau eraill yn lle dioddef cam-drin."

Cymorth a chefnogaeth i bobl hŷn

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru: yn amddiffyn ac yn hyrwyddo hawliau pobl hŷn ledled Cymru – 03442 640 670. E-bost: ask@olderpeople.wales
Age Cymru: elusen genedlaethol i bobl hŷn yng Nghymru – 0300 303 44 98.E-bost: advice@agecymru.org.uk

Cyngor ar Bopeth Powys: yn darparu cyngor annibynnol, cyfrinachol a diduedd am ddim i bawb ar eu hawliau a'u cyfrifoldebau – 0345 6018421. Cyfnewid testun: 18001 08082 505720. Ffurflen gyswllt ar-lein

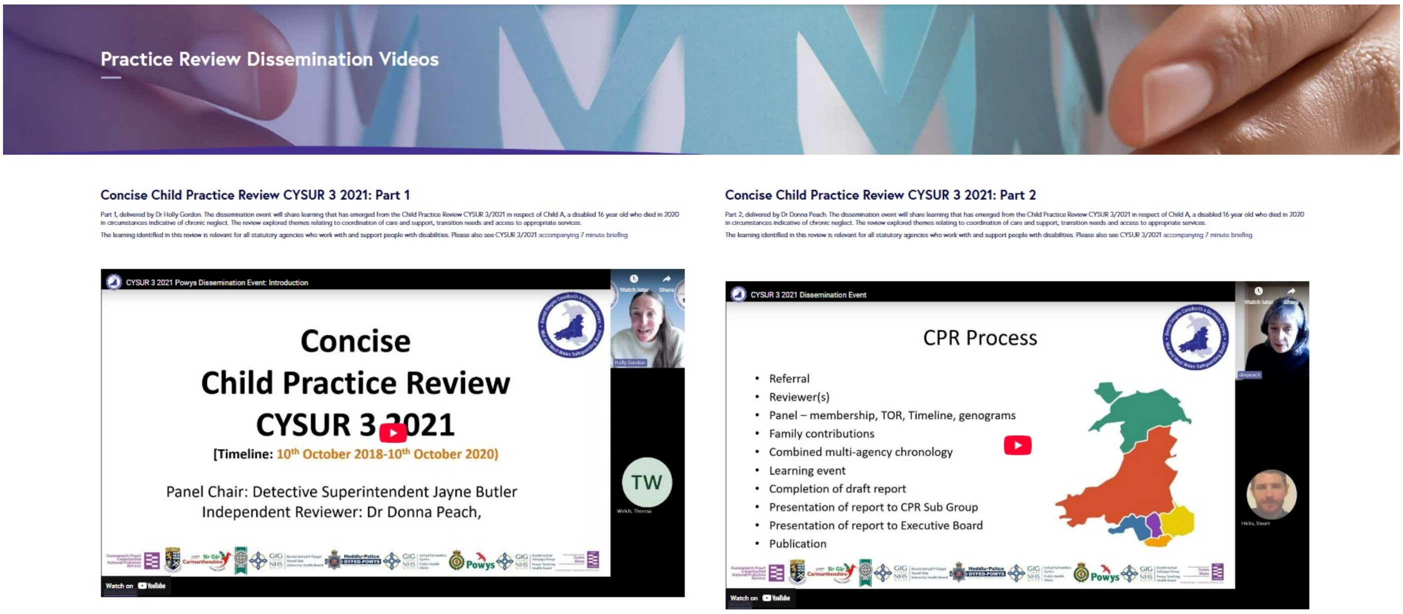
Dewis|Choice: canolfan ar gyfer oedran, rhywedd a chyfiawnder cymdeithasol. Niwed Cudd

Gwybodaeth a gafwyd gan Grŵp Diogelu Corfforaethol Powys

RECORDIADAU DIGWYDDIADAU LLEDAENU ADOLYGIAD YMARFER

Mae tudalen newydd ar ein gwefan bellach yn darparu fideos lledaenu ar gyfer ein holl adolygiadau cyhoeddedig yng Nghanolbarth a Gorllewin Cymru, ac yn tynnu sylw at y themâu allweddol a'r gwersi sydd wedi'u nodi o'r adolygiad perthnasol. Fel arfer, caiff y rhain eu recordio gan yr adolygwyr a/neu gadeiryddion yr adolygiad, a byddant fel arfer rhwng 20 a 30 munud o hyd.

Mae'r dudalen yn cynnwys gwersi o adolygiadau sydd wedi digwydd mewn perthynas ag adolygiadau ymarfer plant ac oedolion a gynhaliwyd o dan ganllawiau statudol blaenorol, Gweithio Gyda'n Gilydd i Ddiogelu Pobl Cyfrol 2 – Adolygiadau Ymarfer Plant, a Gweithio Gyda'n Gilydd i Ddiogelu Pobl Cyfrol 3 – Adolygiadau Ymarfer Oedolion. Bydd adolygiadau mwy diweddar a gynhaliwyd ac a gyhoeddwyd o dan y canllawiau statudol newydd yng Nghymru, sy'n weithredol ers 1 Hydref 2024, Canllawiau Statudol Adolygiad Diogelu Unedig Sengl, hefyd yn cael eu cynnwys pan gânt eu cyhoeddi, a byddant yn cynnwys adolygiadau gyda lladdiad domestig a lladdiad oherwydd iechyd meddwl, yn ogystal ag adolygiadau ymarfer plant ac oedolion adolygiad diogelu unedig sengl.

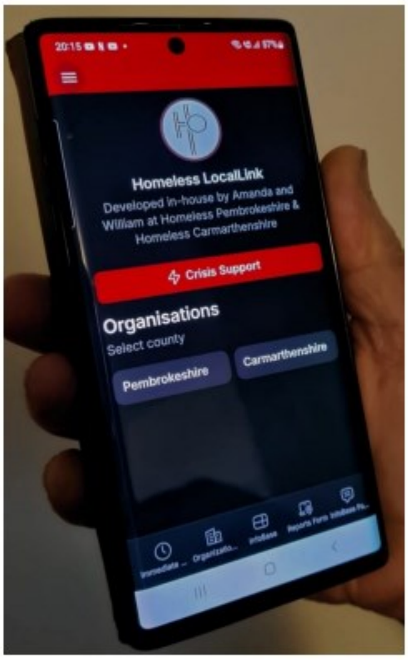


Mae'r recordiadau sydd ar gael hyd yma yn cynnwys:

- **Adolygiad Cryno o Ymarfer Plant CYSUR 3 2021** – Wedi'i gyflwyno gan Dr Holly Gordon a Dr Donna Peach. Bydd y digwyddiad lledaenu gwybodaeth yn rhannu'r hyn a ddysgwyd o'r adolygiad o ymarfer plant CYSUR 3 2021 mewn perthynas â phlentyn A, sef plentyn anabl 16 oed a fu farw yn 2020 mewn amgylchiadau sy'n dynodi esgeulustod cronig.
- **Adolygiad Estynedig o Ymarfer Plant CYSUR 4 2020 / CWMPAS 2 2020** Cyflwyniad a draddodwyd gan Dr Donna Peach. Bydd y digwyddiad lledaenu yn rhannu'r hyn a ddysgwyd o adolygiad ymarfer plant ac oedolion hybrid CYSUR 4 2020 / CWMPAS 2 2020, y mae'r amgylchiadau'n ymwneud â lleoli plentyn ac oedolyn ifanc agored i niwed mewn lleoliad maethu seibiant a'r niwed sylweddol dilynol a brofwyd gan y plentyn a'r oedolyn ifanc.
- **Adolygiad Estynedig o Ymarfer Plant CYSUR 6 2021** Bydd y digwyddiad lledaenu gwybodaeth yn rhannu'r hyn a ddysgwyd o'r adolygiad o ymarfer plant CYSUR 6 2021 mewn perthynas â dau unigolyn ifanc, sef plentyn X a phlentyn Y, a gafodd eu lleoli ill dau gyda'r gofalwr maeth, oedolyn Z, ac a adroddodd ill dau am ddigwyddiadau o gam-drin rhywiol yn ystod cyfnod y lleoliad.
- **Adolygiad Cryno o Ymarfer Plant CWMPAS 5 2018** Bydd y digwyddiad lledaenu gwybodaeth yn rhannu'r hyn a ddysgwyd o'r adolygiad o ymarfer oedolion CWMPAS 5 2018 mewn perthynas ag oedolyn M, 22 oed, a ganfuwyd yn farw mewn coleg yn Lloegr lle'r oedd hi'n byw. Roedd oedolyn M wedi cael diagnosis o syndrom Asperger, clefyd Raynaud a salwch yn ymwneud ag iselder.
- **Adolygiad Cryno o Ymarfer Plant CYSUR 1 2021** Bydd y digwyddiad lledaenu gwybodaeth yn rhannu'r hyn a ddysgwyd o'r adolygiad o ymarfer plant CYSUR 1 2021 mewn perthynas â phlentyn A, sef plentyn ifanc a oedd yn byw yn Sir Benfro, ac a fu farw'n drasig ym mis Gorffennaf 2020 yn dilyn ymosodiad treisgar a digymell.

Mae modd cael mynediad at yr holl recordiadau o'n gwefan yn: https://cysur.wales/training/practice-review-dissemination-videos/

AP HOMELESS LOCALLINK DIGARTREF SIR BENFRO A DIGARTREF SIR GÂR



Mae Digartref Sir Benfro a Digartref Sir Gâr yn falch o gyflwyno ap Homeless LocalLink, sef teclyn arloesol a ddatblygwyd yn fewnol i gynorthwyo tri grŵp allweddol:

1. Pobl sy'n ddigartref neu sydd mewn perygl o fod yn ddigartref
2. Unigolion pryderus, gan gynnwys teulu, ffrindiau ac aelodau'r cyhoedd
3. Gweithwyr cymorth a gwirfoddolwyr o wahanol sefydliadau

Sut y gall Homeless LocalLink helpu:

I'r rhai sy'n ddigartref neu ar fin bod yn ddigartref, mae'r ap yn cynnig:

· Gwybodaeth am sefydliadau a all ddarparu cymorth, gan gynnwys manylion cyswllt a gwasanaethau a gynigir.

· Awgrymiadau a thriciau ymarferol ar gyfer goroesi ar y strydoedd.

· Rhestr o eiddo neu ystafelloedd sydd ar gael i'w rhentu.

· Gallwch fod yn dawel eich meddwl bod Homeless LocalLink yn parchu eich preifatrwydd, ac nid yw'n olrhain nac yn cael mynediad at eich ffôn mewn unrhyw ffordd.

I'r rhai sy'n pryderu am rywun sy'n ddigartref, mae'r ap yn darparu'r canlynol:

· Manylion am sefydliadau a all helpu, gan gynnwys sut i gysylltu â nhw a'r hyn y maen nhw'n ei wneud.

· Awgrymiadau goroesi i'r rhai sy'n byw ar y strydoedd.

· Rhestr eiddo rhent.

· Nodwedd i roi gwybod am bryderon yn uniongyrchol drwy'r ap.

I weithwyr cymorth a gwirfoddolwyr, mae Homeless LocalLink yn cynnig y canlynol:

· Gwybodaeth am sefydliadau defnyddiol, gan gynnwys manylion cyswllt a gwasanaethau.

· Awgrymiadau goroesi i'r rhai sy'n byw ar y strydoedd.

· Rhestr eiddo rhent.

· Nodwedd i roi gwybod am bryderon yn uniongyrchol drwy'r ap.

· Y gallu i ddod yn ddefnyddiwr cofrestredig gyda mynediad cefndirol.

· Offer i olygu a rheoli gwybodaeth am eich sefydliad.

· Cyfleoedd rhwydweithio gyda gweithwyr proffesiynol o sefydliadau partner.

Sut i gael Homeless LocalLink:

I osod yr ap, sganiwch y cod QR a dilynwch y camau hyn:

Ar gyfer defnyddwyr Android: Agorwch Chrome, ewch i'r ddewislen gosodiadau (tri dot fertigol), a dewiswch "Install app" neu "Add to home screen".

Ar gyfer defnyddwyr iPhone: Llywiwch i URL yr ap, tapiwch y symbol rhannu (sgwâr gyda saeth i fyny), a dewiswch "Install app" neu "Add to home screen".

DYDDIAU YMWYBYDDIAETH SYDD AR DDOD

Dyma ddyddiadau diwrnod ymwybyddiaeth sydd ar ddod ar gyfer eich dyddiaduron. Cofiwch ein dilyn ar gyfryngau cymdeithasol am ddolenni ac adnoddau sy'n cefnogi pob un o'r dyddiau hyn .

Mehefin

Mehefin 2-8	Wythnos Diogelwch Plant
Mehefin 15	Diwrnod Ymwybyddiaeth Fyd-eang o Gam-drin Pobl Hŷn
Mehefin 20	Diwrnod Stopio Seiberfwlio:
Mehefin 14-21	Wythnos Atal Boddi :

Gorffennaf

14 Gorffennaf	Diwrnod Cenedlaethol Cofio Dioddefwyr Trais ar Sail Anrhydedd
24 Gorffennaf	Y gwrando mawr – Diwrnod Ymwybyddiaeth y Samariaid
30 Gorffennaf	Diwrnod Rhyngwladol yn Erbyn Masnachu Pobl

Awst

12 Awst	Diwrnod Rhyngwladol Ieuenctid

EIN CYFRYNGAU CYMDEITHASOL

FACEBOOK

@CYSURCYMRU

INSTAGRAM

@CYSURCYMRU

TWITTER

@CYSURCYMRU

@CWMPASCYMRU

CYSYLLTWCH Â NI

E-bost:

cysur@pembrokeshire.gov.uk ar gyfer CYSUR
cwmpas@pembrokeshire.gov.uk ar gyfer CWMPAS

Bwrdd Diogelu Canolbarth a Gorllewin Cymru • Mid and West Wales Safeguarding Board