Diogelu Gwent
Gwent Safeguarding

Beth yw cam-drin?

Cyfrifoldeb pawb yw diogelu
Arwyddion i edrych amdanyn nhw a chamau i'w cymryd

Ar gyfer pwy mae’r daflen hon?

Mae’r daflen hon i bawb. Rydyn ni i gyd yn gyfrifol am gadw plant ac oedolion yn ein cymunedau yn ddiogel rhag cam-drin.

Mae’r daflen hon yn cyfeirio at oedolion, plant a phobl ifanc. Mae’r daflen hon i chi, p’un a ydych chi’n:

- **blentyn neu berson ifanc**
- **oedolyn**
- **oedolyn ag anghenion gofal a chymorth**
- **rhiant, gofalwr neu berthynas**
- **ymarferydd**
- **cyflogwr**
- **cyfaill neu gymydog**
- **aelod o’r cyhoedd sy’n pryderu**
- **unrhyw un sy’n cysylltu â’r cyhoedd**

‘Cyfrifoldeb pawb yw diogelu’.

Beth yw cam-drin?

Gall pobl gael eu cam-drin a'u niweidio mewn nifer o ffyrdd.

Mae'r term 'cam-drin' yn cynnwys **cam-drin ariannol**, **cam-drin corfforol**, **cam-drin rhywiol**, **cam-drin emosiynol a seicolegol** ac **esgeulustod**.

Cam-drinCorfforol

Lle mae rhywun yn anafu neu'n brifo rhywun arall yn gorfforol.

Gall hyn gynnwys y canlynol:

- **taro/ysgwyd**
- **taflu/gwenwyno**
- **boddi/mygu**
- **llosgi/sgaldio**
- **slapio/dyrnu**
- **tagu/pinsio**

Cam-drin Rhywiol

Lle mae person yn cael ei orfodi neu ei wthio i gymryd rhan mewn gweithgareddau rhywiol, waeth a yw'r person yn ymwybodol o'r hyn sy'n digwydd ai peidio. Mae hyn yn cynnwys y canlynol (ond heb ei gyfyngu i):

- **cyswllt corfforol, gan gynnwys gweithredoedd treiddiol neu anhreiddiol**
- **gweithgareddau heb gyswllt gorfforol, gan gynnwys meithrin perthynas amhriodol neu fanteisio drwy'r rhyngrwyd**
- **cael ei orfodi i wylio deunydd pornograffig, neu gymryd rhan mewn cynhyrchu deunydd pornograffig**
- **annog y person i ymddwyn mewn ffyrdd rhywiol annerbynio**

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

0808 1000 900

Sgwrs fyw a diogel e-bost ar gael gw www.stopitnow.org.uk/helpline am fanylion

Lle mae person yn cael ei orfodi neu ei wthio i gymryd rhan mewn gweithgareddau rhywiol

Cam-drin Emosiynol/ Seicolegol

Cam-drin emosiynol yw trin plentyn yn wael yn emosiynol yn barhaus fel bod hyn yn achosi effeithiau niweidiol difrifol a pharhaus ar ei iechyd meddwl a'i les, yn ogystal â'i ddatblygiad.

Cam-drin seicolegol yw gwadu hawliau dynol a sifil gan gynnwys dewis a barn, preifatrwydd ac urddas. Gall gynnwys rheoli drwy orfodaeth a/neu feithrin perthynas amhriodol.

Gallai cam-drin emosiynol fod yn ddigwyddiad unigol untro neu'n weithredoedd lluosog wedi'u hailadrodd dros amser, gan gynnwys (ond heb ei gyfyngu i) y canlynol:

- **cam-drin geiriol a chodi cywilydd (galw enwau, bychanu)**
- **bygythiadau o niwed a/neu gael eu gadael**
- **ynysu'r person oddi wrth eraill**
- **gweld eraill yn cael eu cam-drin**

Cam-drin emosiynol yw cam-drin emosiynol a/neu seicolegol parhaus plentyn neu oedolyn

Esgeuluso

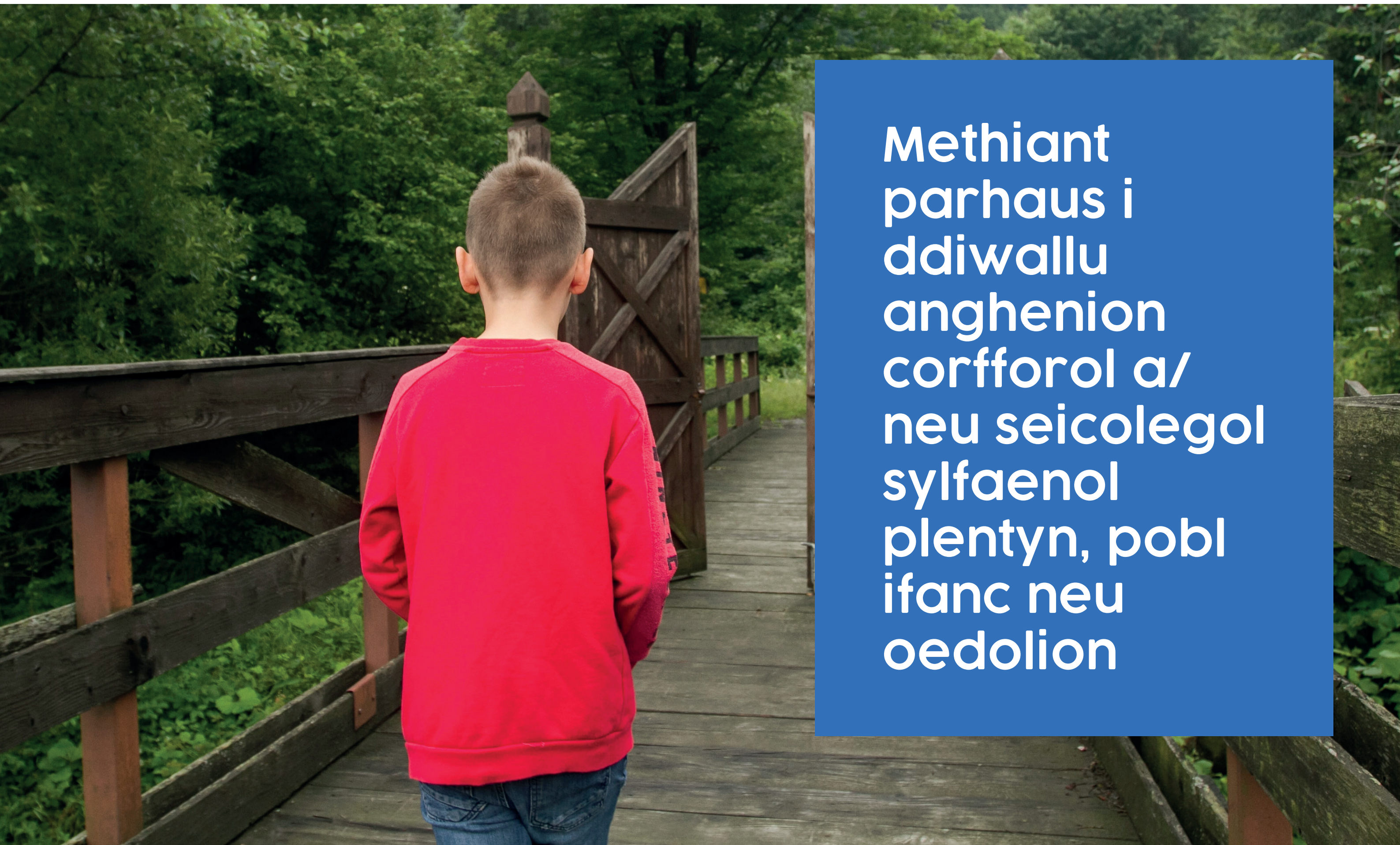
Esgeulustod yw methiant parhaus rhiant neu roddwr gofal i gwrdd ag anghenion corfforol a/neu seicolegol sylfaenol plentyn, person ifanc neu oedolyn, mewn ffordd sy'n debygol o achosi nam difrifol i iechyd neu lles unigolyn ac, mewn achosion difrifol, hyd yn oed marwolaeth.

Yn achos plant, gall esgeulustod a chamdriniaeth effeithio ar eu datblygiad nhw.

Gall gweithwyr proffesiynol a sefydliadau hefyd fod yn esgeulus, os ydyn nhw'n methu â darparu lefel dda o ofal.

Gall esgeulustod gynnwys:

- **peidio â darparu bwyd, cysgod, dillad digonol**
- **atal/peidio â darparu mynediad at ofal neu driniaeth feddygol briodol**
- **methu ag amddiffyn y person rhag perygl**
- **diffyg goruchwyliaeth a chymorth**
- **anwybyddu anghenion emosiynol**
- **esgeuluso anghenion datblygu ac addysg (plant)**



Methiant parhaus i ddiwallu anghenion corfforol a/ neu seicolegol sylfaenol plentyn, pobl ifanc neu oedolion

Hunan- Esgeuluso

Gall oedolion sy'n hunan-esgeuluso hefyd fod mewn perygl o niwed. Yn hytrach na bod yn ddewis bywyd, i rai pobl gall eu gallu i ofalu am eu hunain a'u materion amrywio (llai o alluedd meddyliol). Gallan nhw gael eu heffeithio gan gamddefnyddio sylweddau, anhwylderau iechyd meddwl amrywiol, mathau o ddementia a mathau eraill o salwch. Gall ymddygiad hunan-esgeuluso person hefyd achosi risg i eraill, gan gynnwys lle nad ydy e'n gallu cadw at arferion diogel yn y cartref, a chynnal ei gartref i safon addas
(e.e. osgoi risg uwch o dân, pla ac ati).

Efallai y bydd angen asesu gallu person i ofalu amdano'i hun (Asesiad Galluedd Meddyliol).

Efallai y bydd angen asesu gallu person i ofalu amdano'i hun (Asesiad Galluedd Meddyliol)

Cam-drin Ariannol

Cam-drin ariannol yw unrhyw ddwyn neu gamddefnyddio arian neu eiddo person.

Enghreifftiau nodweddiadol o gam-drin ariannol neu faterol (ddim yn gyflawn):

- **dwyn**
- **camddefnyddio arian, gan gynnwys budd-daliadau'r wladwriaeth, budd-daliadau anabledd, eiddo, meddiannu ac yswiriant**
- **ennill arian neu feddiant trwy fygythu, perswadio, neu fanteisio**
- **cael ei dwyllo neu ei roi dan bwysau o ran arian neu eiddo arall**

Cyfrifoldeb pawb yw diogelu

Mae'n cynnig cyngor a chymorth ar drais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol

Llinell Gymorth Byw Heb Ofn
Live Fear Free Helpline
0808 80 10 800
ffôn • tecst • sgwrsio byw • ebost
call • text • live chat • email

Darparu gwybodaeth a chefnogoeth cyfrinachol ynghylch trais domestig trais rhywiol a thrais yn erbyn merched yng Nghymru.

Cam-drin Domestig

Cam-drin domestig yw unrhyw ddigwyddiad neu batrwm o ddigwyddiadau o ymddygiad rheoli, gorfodi, bygythiol, diraddiol neu dreisgar, gan gynnwys trais rhywiol. Yn y rhan fwyaf o achosion, partner neu gynbartner sy'n cyflawni hyn, ond gall aelod o'r teulu ei achosi hefyd. Mae cam-drin domestig yn aml yn parhau ar ôl i'r berthynas rhwng y goroeswr a'r troseddwr ddod i ben.

Mae cam-drin domestig yn effeithio ar bobl yn uniongyrchol ac yn anuniongyrchol ac yn digwydd mewn sawl ffordd gan gynnwys un neu ragor o'r canlynol:

- **corfforol**
- **ariannol neu economaidd**
- **rhywiol**
- **emosiynol/seicolegol**
- **ymddygiad sy'n gorfodi neu'n rheoli**
- **digidol ac ar-lein**
- **aflonyddu a stelcio**

Mae plentyn yn ddioddefwr yn ei rinwedd ei hun os yw'n profi cam-drin domestig, ac mae hyn yn cynnwys pan fydd yn dyst, yn clywed neu'n ymwybodol o'r effaith ar yr unigolyn sy'n cael ei gam-drin.

Sut mae cam-drin ac esgeuluso yn effeithio ar bobl?

Gall cam-drin ac esgeuluso gael effaith barhaol ar iechyd corfforol a meddyliol unigolyn, ei hapusrwydd a'i les, ei hyder, ei hunan-barch a'i wydnwch.

Ymhlith oedolion, gall hyn gynnwys unigolion yn cael mynediad at wasanaethau iechyd a gofal a chymorth eraill sydd eu hangen arnyn nhw.

Ymhlith plant, gall iechyd corfforol a meddyliol, datblygu gwybyddol a chorfforol gael eu heffeithio, yn ogystal â'u gallu nhw i ffurfio ymlyniadau ac i deimlo'n ddiogel. Gall hyn, yn ei dro, effeithio ar ymatebion emosiynol a pherthnasoedd trwy gydol eu bywydau.

Gall plentyn neu oedolyn fod mewn perygl o niwed sylweddol neu farwolaeth o ganlyniad i'r cam-drin, esgeuluso (gan gynnwys hunan-esgeulustod), a chamdriniaeth y maen nhw'n eu profi.

Mae'n hanfodol ein bod ni'n gweithredu, pan fydd gennym ni bryderon am blentyn neu oedolyn sydd, yn ein barn ni, mewn perygl o gael ei gam-drin neu ei esgeuluso, gan y gall ein cymorth ni wneud gwahaniaeth.

Felly ... gwnewch rywbeth a dweud wrth rywun.

Rwy’n poeni am rywun – beth ddylwn i ei wneud?

Os ydych chi’n poeni y gallai rhywun fod mewn perygl o gael ei gam-drin neu ei esgeuluso ac felly mewn perygl o niwed, ffoniwch rif yr Awdurdod Lleol priodol ar y dudalen gefn a siarad â nhw am eich pryderon chi. Gall hefyd fod yn ddefnyddiol siarad ag un o’r bobl ganlynol:

- **Rheolwr Cartref Gofal**
- **Ymwelydd iechyd**
- **Meddyg**
- **Gweithiwr Cymdeithasol**
- **Nyrs**
- **Heddlu**
- **Gweithiwr Cymorth**

Siaradwch ag eraill am eich pryderon

Mae gan wefan Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru gyfeiriadur cymorth gyda manylion sefydliadau lleol a chenedlaethol y gallwch chi gysylltu â nhw i gael cymorth os oes angen cymorth arnoch chi neu oedolyn arall. Cyfeiriadur Cymorth - Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru; https://comisiynyddph.cymru/cyfeiriadur-cymorth/support-directory/

Rwy'n blentyn neu'n berson ifanc – Beth alla i ei wneud? Gyda phwy alla i siarad?

Os ydych chi'n blentyn neu'n berson ifanc sydd:

- **yn anhapus am fywyd neu**
- **yn poeni am ffrind neu rywun arall yn yr ysgol; dylech chi ddweud wrth rywun rydych chi'n ymddiried ynddo**

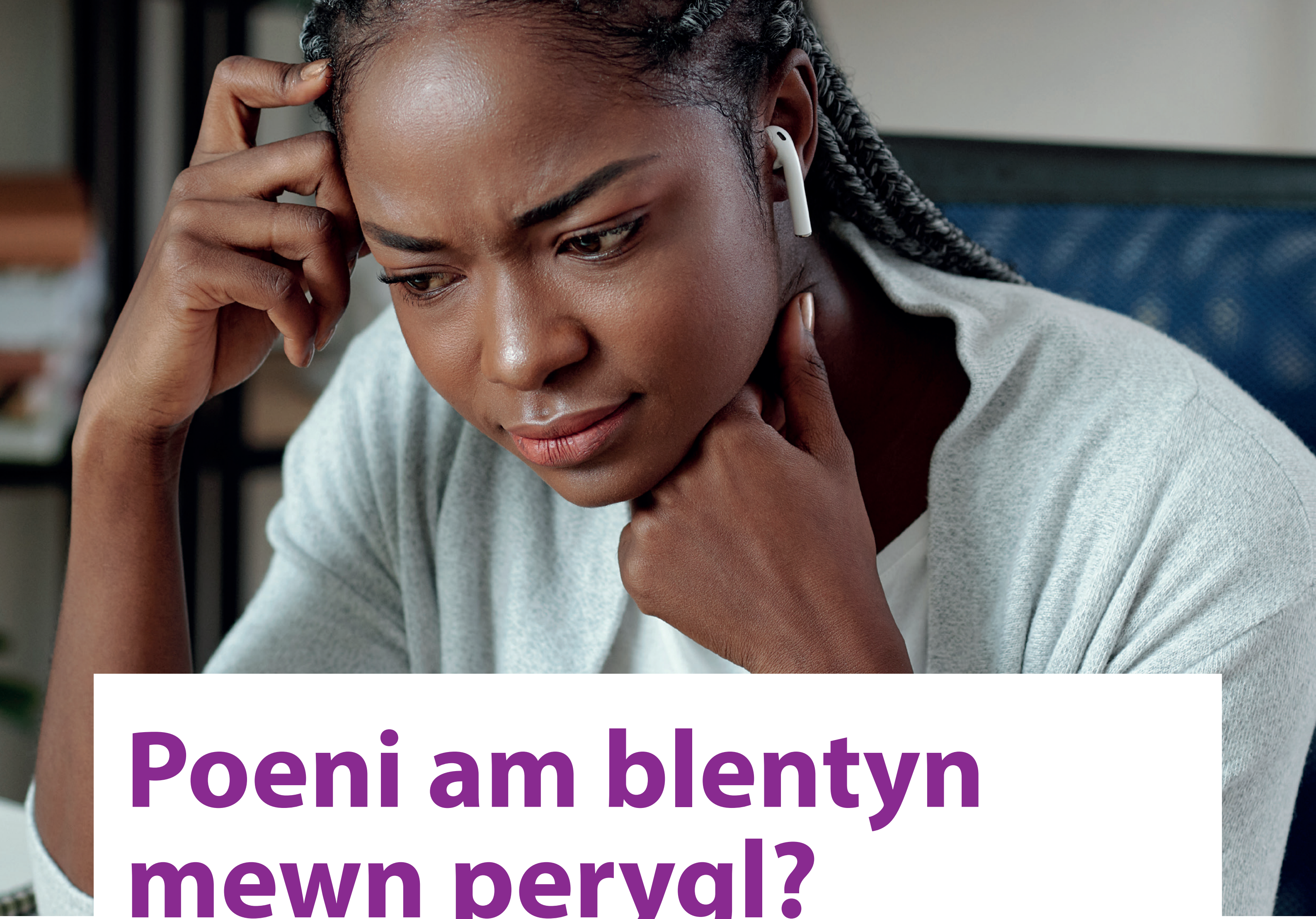
Gallwch chi ddweud wrth y canlynol:

- **ffrind**
- **rhywun yn eich teulu**
- **eich athro neu nyrs ysgol**

Os nad ydych chi am siarad ag unrhyw un o'r rhain, gallech chi ffonio **Childline** yn gyfrinachol ar **0800 1111**.

Mae gan **Childline** hefyd wefan gyda gwybodaeth ddefnyddiol i blant a phobl ifanc – **www.childline.org.uk**

Gallech ddweud wrth ffrind, rhywun yn eich teulu, eich athro neu nyrs ysgol



Poeni am blentyn mewn perygl?

Os ydych chi'n poeni bod plentyn neu berson ifanc yn cael ei gam-drin neu ei esgeuluso, rhaid i chi adrodd eich pryderon cyn gynted â phosibl. Gweler isod fanylion cyswllt eich Gwasanaethau Gwybodaeth, Cyngor a Chymorth lleol:

Blaenau Gwent	**01495 315700**
Caerffili	**0808 100 1727**
Sir Fynwy	**01291 635 669**
Casnewydd	**01633 656656**
Torfaen	**01495 762200**

Ar ôl 5pm ac ar y penwythnos a gwyliau banc, ffoniwch **Dîm Dyletswydd Argyfwng y De-ddwyrain** ar **0800 328 4432**.

Os ydych chi'n meddwl bod plentyn neu berson ifanc mewn perygl uniongyrchol, cysylltwch â'r Heddlu ar 999 a dweud wrthyn nhw beth sy'n digwydd.

Os ydych yn blentyn/person ifanc eich hun, efallai yr hoffech siarad â **Childline** yn gyfrinachol ar **0800 1111**.

www.childline.org.uk

Adrodd eich pryderon

Poeni am oedolyn mewn perygl?

Os ydych chi'n poeni bod oedolyn mewn perygl o gael ei gam-drin neu ei esgeuluso, cysylltwch â'r Gwasanaethau Gwybodaeth, Cyngor a Chymorth lleol am gyngor cyn gynted â phosibl:

Blaenau Gwent	**01495 315700**
Caerffili	**0808 100 2500**
Sir Fynwy	**01873 735492**
Casnewydd	**01633 656656**
Torfaen	**01495 762200**

Os yw'n argyfwng a bod angen i chi gysylltu â ni y tu allan i oriau swyddfa, ffoniwch ein **Tîm Dyletswydd Argyfwng** ar **0800 328 4432**.

Os ydych chi'n meddwl bod oedolyn mewn perygl uniongyrchol, cysylltwch â'r Heddlu ar 999 a dweud wrthyn nhw beth sy'n digwydd.

I gael rhagor o wybodaeth am yr hyn y gallwch chi ei wneud i amddiffyn pobl, ewch i wefan **Diogelu Gwent www.gwentsafeguarding.org.uk**

I weld canllawiau diogelu ar gyfer ymarferwyr sy'n gweithio gydag oedolion a phlant yng Nghymru, ewch i Weithdrefnau Diogelu Cymru: **www.safeguarding.wales**

Diogelu Gwent
Gwent Safeguarding

www.safeguarding.wales