

Adran 3:

Plant a Phobl Ifanc

Mae'r adran hon yn cynnwys:

Datganiad polisi a gwerthoedd yr eglwys ynghylch plant a phobl ifanc

3.1 Arfer da wrth weithio gyda phlant a phobl ifanc

A. Egwyddorion arfer da

B. Canllawiau ymarferol cyffredinol:

- 1) Cynllunio gweithgareddau
- 2) Lleoliadau diogel
- 3) Goruchwyliaeth ddigonol
- 4) Dogfennau
- 5) Bwyd a diod
- 6) Blwch Cymorth Cyntaf
- 7) Cofnod Damweiniau a Digwyddiadau
- 8) Yswiriant

3.2 Amddiffyn Plant

- A. Sut y gallai plentyn gael ei gam-drin
- B. Pwy sy'n cam-drin plant?
- C. Categoriâu o gam-drin ac arwyddion posibl
- CH. Ymateb cyntaf i bryder neu honiad o gam-drin
- D. Sut i ymateb i blentyn sy'n datgelu achos o gam-drin
- DD. Siart llif – beth i'w wneud os byddwch yn gweld, clywed neu'n amau rhywbeth

3.3 Canllawiau ar gyfer gweithgareddau ac amgylchiadau penodol

- A. Ffilmio a thynnu lluniau
- B. Diogelwch wrth gludo plant
- C. Cyrsiau preswyl
- CH. Defnyddio eiddo eglwysig fel llety
- D. Diogelwch Ar-lein

Cyflwyniad

Fel cymuned eglwysig rydym yn cydnabod pwysigrwydd cynnig amgylchedd diogel a gofalgar i'n plant a'n pobl ifanc. Mae'r eglwys gyfan yn dymuno gweld plant a phobl ifanc yn cymryd rhan lawn a gweithredol ym mywyd yr eglwys, mewn amgylchedd sy'n eu cynorthwyo i dyfu'n ysbrydol ac yn gofalu amdanynt yn gyfrifol.

‘Mae Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau Plentyn yn datgan bod gan blant yr hawl i ddweud eu barn a chael gwrandawriad, i gael y gofal priodol, a'u cadw rhag trais, camdriniaeth ac esgeulustod. Dylai pob sefydliad sy'n ymwneud â phlant weithio at yr hyn sydd orau i bob plentyn.’

CCUHP Erthyglau 12, 19 a 3

Datganiad polisi

Polisi Eglwys Bresbyteraidd Cymru, Undeb yr Annibynwyr Cymraeg ac Undeb Bedyddwyr Cymru yw diogelu lles yr holl blant a phobl ifanc drwy eu hamddiffyn rhag esgeulustod a niwed corfforol, rhywiol ac emosiynol. Fel eglwysi, rydym yn gwbl ymrwymedig i ddiogelu lles ein haelodau a'r rheini a roddwyd yn ein gofal. Bydd aelodau'r eglwys, staff cyflogedig a gwirfoddolwyr yn dangos parch i hawliau plant a dealltwriaeth ohonynt, yn hybu ethos o wrando ar blant a sicrhau eu diogelwch, gan ymddwyn mewn modd sy'n adlewyrchu egwyddorion yr Eglwys Gristnogol.

Bydd yr eglwys yn gofalu am blant a phobl ifanc ac yn eu diogelu drwy ddilyn arferion da mewn perthynas â'r canlynol:-

- Recriwtio gweithwyr yn ddiogel (adran 2)
- Hybu arferion gwaith da wrth weithio gyda phlant a phobl ifanc (adran 3.1)
- Hyfforddi a chefnogi eu gweithwyr yn eu swyddogaeth ac mewn amddiffyn plant (adran 3.2)

Dylai'r gweithdrefnau a'r canllawiau sydd wedi'u cynnwys yn y ddogfen hon fod ar gael i bob gweithiwr, arweinydd ac aelod o fewn yr eglwys.

Er mwyn eglurder, mae unrhyw gyfeiriad at blentyn/plant yn cynnwys plant a phobl ifanc hyd at 18 oed.

Gwerthoedd

Gwneir pob bod dynol gan Dduw yn ei ddelwedd ef. Delwedd Duw yw Ei rodd i ni fel plant yn ogystal ac fel oedolion.

Mae gennym Dduw gofalgar a thrugarog ac rydym ni hefyd yn cael ein galw i ddangos Ei gariad a'i drugaredd wrth i ni weithio gydag eraill, yn enwedig y rhai mwyaf bregus.

Bendigedig fyddo Duw a Thad ein Harglwydd Iesu Grist, y Tad sy'n trugarhau a'r Duw sy'n rhoi pob diddanwch. Y mae'n ein diddanu ym mhob gorthrymder, er mwyn i ninnau, trwy'r diddanwch a gawn ganddo ef, allu diddanu'r rhai sydd dan bob math o orthrymder. (2 Corinthiaid 1:3-4)

Mae genedigaeth yr Iesu, ei dyfu a'i fagu o fewn teulu, ynghyd â'i ymddygiad tuag at blant yn ystod ei weinidogaeth, yn cadarnhau'r urddas a'r gwerth a gyflwynodd Duw i blant a phobl ifanc. Unigolyn cyflawn yw plentyn a chanddo hawliau ac anghenion, i'w hanrhydeddu a'u parchu gennym oll. Yn wir, mae gan blant rinweddau a ddengys i oedolion y ffordd i deyrnas Dduw (Mathew 18:3).

Felly, mae plant yn aelodau gwerthfawr o'r gymuned Gristnogol, ond maent hefyd yn fregus ac mae arnynt angen ein gofal arbennig. Cymerwn o ddifrif y siars a roddwyd gan yr Iesu i groesawu plant, i'w hamddiffyn ac i adael rhwydd hynt iddynt ddod ato.

Pwy bynnag sy'n derbyn y plentyn hwn yn fy enw i, y mae'n fy nerbyn i; a phwy bynnag sy'n fy nerbyn i, y mae'n derbyn yr hwn a'm hanfonodd i. (Luc 9:48)

Gadewch i'r plant ddod ataf fi; peidiwch â'u rhwystro, oherwydd i rai fel hwy y mae teyrnas Duw yn perthyn ... A chymerodd hwy yn ei freichiau a'u bendithio, gan roi ei ddwylo arnynt. (Marc 10:14 a 16)

Mae gan eglwysi heddiw gyfle unigryw i weithredu'r gorchmynion hyn gan Iesu. Dylai pob eglwys, yn ei haddoliad, ei chymdeithas a'i chenhadaeth, geisio delweddu cymuned lle:-

- mae plant yn cael gwrandawriad ac ymdeimlad o berthyn, yn cael eu magu a'u diogelu;
- mae rhieni yn derbyn cymorth ac anogaeth;
- mae'r rheini sy'n gweithio gyda phlant a phobl ifanc yn derbyn cymorth.

Mae'r eglwys yn cydnabod hawl plant a phobl ifanc i gael eu trin fel unigolion a'u hannog i gymryd rhan ym mywyd yr eglwys. Mae'n datgan nad yw ymddygiad bygythiol, treisgar neu ddiraddiol byth yn dderbyniol.

Mae'r eglwys yn dymuno hybu arferion gwaith da, a chreu amgylchedd diogel a chadarnhaol ar gyfer plant a phobl ifanc yn ein heglwys a'n cymunedau ac i'r rheini sy'n gweithio ac yn gwirfoddoli yn ein plith.

3.1 Arfer da wrth weithio gyda phlant a phobl ifanc

O fewn ein heglwysi mae gennym nifer o bobl fedrus a thrugarog sy'n rhannu eu hamser, doniau a'u ffydd wrth weithio gyda phlant a phobl ifanc.

Er bod llawer o'r wybodaeth yn yr adran hon yn ymddangos yn "synnwyr cyffredin", mae'n bwysig bod ein gwahanol dimau ac eglwysi yn gweithio tuag at yr un safonau uchel yn ein gwaith gyda phlant a phobl ifanc. Mae hyn hefyd o gymorth wrth i ni rannu ein disgwyliadau ynghylch swyddogaethau gyda gweithwyr a gwirfoddolwyr newydd.

A. EGWYDDORION ARFER DA

1. Dylid trin pob plentyn ac unigolyn ifanc ag urddas a pharch.
2. Dylid grymuso ein plant i ddiogelu eu hunain – trwy wrando arnynt, rhoi dewisiadau iddynt, eu credu a rhoi cyngor perthnasol a gwybodaeth iddynt (fel sy'n addas i'w hoedran a'u dealltwriaeth).
3. Dylid bod yn ymwybodol bob amser o'r iaith rydych yn ei defnyddio, goslef eich llais, ac iaith y corff.
4. Mae cyffyrddiad yn rhan hanfodol o fywyd bob dydd ac yn ffordd o gyfleu hoffter, cynhesrwydd a chysur. Dylai fod yn addas ar gyfer yr oedran ac, yn gyffredinol, dylai'r plentyn neu'r unigolyn ifanc gymryd y cam cyntaf, yn hytrach na'r gweithiwr. Dylai ymwneud ag anghenion y plentyn/unigolyn ifanc, nid anghenion y gweithiwr. Mae gafael yn llaw plentyn neu ei gofleidio pan fyddant yn ofidus yn ffordd dda o gysuro plentyn ond dylech ofyn bob amser "Wyt ti eisiau cwtsh?" yn hytrach na rhagdybio. Mae gennym oll ein ffiniau gwahanol a dylid eu parchu. Gwnewch bopeth yn llygad y cyhoedd. Mae cofleidio yng nghyd-destun grŵp yn wahanol i wneud hynny y tu ôl i ddrysau caeëdig.
5. Byddwch yn agored ac yn dryloyw fel tîm. Dylai aelodau'r tîm fonitro ei gilydd o safbwynt eu hymddygiad neu gyffyrddiad corfforol. Dylent roi rhwydd hynt i gynorthwyo ei gilydd drwy herio'n adeiladol unrhyw beth y gellid ei gamddehongli neu'u gamddeall.
6. Yn ogystal â bod yn ymwybodol o ddiogelwch y plentyn bob amser, dylech hefyd fod yn ymwybodol o'ch diogelwch eich hun ac amddiffyn eich hun rhag honiadau. Dylid ymddwyn yn agored, yn dryloyw ac atebol.
7. Dylid dysgu sut i reoli a disgyblu plant heb orfod troi at gosb gorfforol. PEIDIWCH BYTH â tharo unrhyw un, a pheidiwch â gweiddi. Dylech newid goslef eich llais os oes angen. Peidiwch â bod yn gyndyn o ofyn am gymorth arweinwyr eraill os nad ydych yn gallu ymdopi â sefyllfa.
8. Dewch i adnabod y plant rydych yn gweithio gyda hwy a darganfod beth sy'n gweithio iddynt fel unigolion ac fel grŵp. Ewch ati i lunio cytundebau â'r plant a phobl ifanc, yn addas ar gyfer eu hoedran (rheolau sylfaenol), o ran yr hyn sy'n ymddygiad derbyniol (e.e. dim taro, gweiddi, galw enwau, ac ati) y gallwch eu hadolygu yn rheolaidd gyda'ch gilydd.
9. Ewch ati i gytuno ymysg eich gilydd fel gweithwyr ar rai canllawiau sylfaenol ar gyfer pob gweithgaredd gan sicrhau eich bod oll yn ymddwyn yn gyson a bod y disgwyliadau yn glir. Gallech ystyried llunio llyfryn yn nodi pwy sy'n gyfrifol am bob gweithgaredd a sut y byddwch yn ymdrin â disgyblaeth, er mwyn ei rannu gyda gweithwyr newydd neu rieni. (Gweler y ddogfen enghreifftiol yn atodiad 2)
10. Lle bo hynny'n bosibl, dylech osgoi gweithio ar eich pen eich hun gyda phlentyn neu grŵp. Yn adeiladau'r eglwys, gallai hyn olygu eich bod yn cadw drysau ar agor, neu'n trefnu bod dau grŵp yn gwneud gweithgareddau yn yr un ystafell. Bydd hyn yn eich galluogi i gefnogi eich gilydd ac aros yn atebol i'ch gilydd fel tîm. Bydd eithriadau neu amseroedd pan na fydd hyn yn bosibl a dyma pam rydym yn gweithredu proses recriwtio ddiogel.
11. Dylid parchu preifatrwydd y plant ond ni ddylech addo cadw cyfrinachau ac ni ddylech gael sgwrsiau preifat neu bersonol gyda phlant a phobl ifanc ar eich pen eich hun. Rydym eisiau cynnig gofal a chymorth priodol, felly, wrth wrando ar broblem unigolyn ifanc neu gynnig cyngor, byddwch yn ddoeth ynghylch lleoliad a chyd-destun y drafodaeth. Lle bo hynny'n bosibl, sicrhewch fod arweinwyr eraill yn ymwybodol o'r cyfarfod a bod pobl eraill gerllaw.

12. Peidiwch â chwarae gemau sy'n rhy gorfforol neu'n bryfoclyd yn rhywiol a pheidiwch byth â gwneud sylwadau rhywiol awgrymog am unigolyn neu iddo ef/hi, hyd yn oed wrth dynnu coes. Peidiwch â chael eich tynnu i mewn pan fydd unigolyn ifanc yn mynnu sylw trwy ddulliau sy'n amlwg yn rhywiol neu'n gorfforol eu natur.
13. Peidiwch â gwahodd plant neu unigolion ifanc i'ch cartref pan fyddwch ar eich pen eich hun; dylech wahodd grŵp, neu sicrhau bod oedolyn arall yn y tŷ. Dylech sicrhau bod rhiant/gofalwyr yn gwybod ym mha le mae'r plentyn/person ifanc.
14. Peidiwch â mynd i gartref plentyn/unigolyn ifanc os yw'r rhiant neu ofalwr yn absennol, oni bai fod y plentyn mewn perygl o ddioddef niwed sylweddol pe na fyddwch yn gwneud.
15. Dylech osgoi cludo plentyn / unigolyn ifanc ar eich pen eich hun. Dylech geisio sicrhau bod arweinydd / cynorthwydd arall hefyd yn y cerbyd, neu bod plant / unigolion ifanc eraill hefyd yn bresennol. Os bydd yn rhaid i chi, oherwydd amgylchiadau arbennig, gludo plentyn / unigolyn ifanc ar eich pen eich hun, dylech sicrhau bod arweinwyr / cynorthwywyr eraill yn ymwybodol o'r hyn sy'n digwydd, a bod yr unigolyn yn eistedd yn sedd gefn y cerbyd.
16. Byddwch yn ddoeth wrth ddefnyddio'r cyfryngau cymdeithasol a ffonau symudol gyda phlant a phobl ifanc (gweler y canllawiau yn adran 3.3 D).
17. Os ydych yn ansicr, peidiwch byth â bod ofn gofyn am gymorth neu gyngor gan eich arweinwyr neu staff mwy profiadol. Mae Swyddog Hyfforddiant a Diogelwch y Panel Diogelwch Cydenwadol hefyd ar gael i roi cyngor (gweler atodiad 1 am fwy o ffynonellau cefnogaeth).

B. CANLLAWIAU YMARFEROL CYFFREDINOL

Gweler hefyd adran 3.3 Canllawiau ar gyfer gweithgareddau penodol

1) Wrth gynllunio a pharatoi gweithgareddau dylech fod yn ymwybodol o'r canlynol:

- Dylech sicrhau eich bod wedi derbyn caniatâd i bob plentyn neu unigolyn ifanc dan 18 gymryd rhan mewn gweithgaredd.
- Mae gan sefydliadau gyfrifoldeb i **asesu'r risg** sydd ynghlwm wrth y gweithgareddau a ddarperir. Mae templed asesiad risg (gweler Ffurflen 10) yn rhestr wirio ddefnyddiol i'ch cynorthwyo i ystyried y problemau a'r peryglon posibl sydd ynghlwm wrth y gweithgaredd. Rydym yn cynnal asesiadau risg anffurfiol drwy'r amser heb feddwl. Er enghraifft, byddwn yn dweud, "Mae'n rhy beryglus i ddringo ar ben y gadair – af i nôl ysgol". Weithiau bydd cynnal asesiad risg anffurfiol ar ddechrau sesiwn neu weithgaredd yn ddigonol, ond yn achos gweithgareddau a drefnir ar gyfer grwpiau mae'n arfer da i gadw copi papur ffurfiol y gellir ei rannu gydag aelodau'r tîm a'i adolygu. (Gweler canllawiau pellach yn Atodiad 4.)
- Lle bo hynny'n bosibl, dylai pob gweithgaredd gynnwys rhywun a chanddo gymhwyster **Cymorth Cyntaf**. Yn ddelfrydol, dylai rhiant neu warcheidwad y plentyn fod yn gyfrifol am roi **meddyginiaeth**. Os bydd yn hanfodol rhoi meddyginiaeth yn ystod gweithgaredd, dylid gofyn am ganiatâd a chyfarwyddyd ysgrifenedig gan riant/gwarcheidwad neu feddyg. Dylai'r feddyginiaeth gael ei labelu'n glir a'i chadw mewn lle diogel, allan o gyrraedd plant.
- Pan fyddwch yn chwarae gemau neu weithgareddau i 'dorri'r garw' (ice breakers), byddwch yn ymwybodol o beryglon anafiadau corfforol, a cheisiwch gymryd camau i'w hosgoi.
- Dylech sicrhau bod modd **ffonio am gymorth** os bydd argyfwng yn ystod gweithgaredd – naill ai ffôn symudol â derbyniad da neu fynediad at linell dir.

2) Lleoliadau Diogel:

- Dylid sicrhau bod yr holl safleoedd/lleoliadau a ddefnyddir gan yr eglwys yn ddiogel ar gyfer cynnal unrhyw weithgaredd.
- Dylai'r adeiladau a ddefnyddir gan grwpiau neu ar gyfer gweithgareddau gael eu cynnal a'u cadw'n gywir. Dylai adeiladwaith allanol yr adeilad, yn cynnwys yr holl osodiadau mewnol, ffitiadau, goleuadau, allanfeydd tân ac offer, gwrdd â'r safonau diogelwch gofynnol. Hefyd, dylid cynnal arolwg blynyddol, a lle bo'r angen, dylid cymryd y camau priodol. Dylai'r holl offer trydanol gael prawf diogelwch trydanol. Yn y Deyrnas Unedig, gelwir y profion hyn yn brofion dyfeisiadau cludadwy neu PAT (Portable Appliance Testing).
- Dylai ardaloedd chwarae y tu allan gael eu diogelu'n briodol gyda giatiau diogel a ffensys er mwyn atal plant bychan rhag crwydro.
- Dylech fod yn ymwybodol bob amser o'r peryglon neu risgiau posibl yn yr adeilad ac yn yr offer a'r gweithgareddau. Dylid cynnal asesiadau risg yn rheolaidd. Mewn adeilad, gellir ystyried y canlynol yn beryglus: carpedi rhydd, lloriau anwastad, cypyrddau gorlawn, silffoedd uchel iawn, allanfeydd tân sydd wedi'u rhwystro, drysau gwydr, goleuadau heb fylbiau ynddynt, pwyntiau pŵer sydd wedi'u gorlwytho, ceblau trydan yn hongian yn rhydd, bachau ffenestri rhydd.
- Dylech symud eitemau a allai achosi anaf yn ystod y gweithgaredd, neu dylech eu hosgoi.
- Dylai cynorthwydd/arweinydd oruchwylio pobl ifanc bob amser mewn ceginau.
- Byddwch yn ymwybodol o leoliad yr allanfeydd tân, a sicrhewch nad ydynt wedi'u rhwystro. Dylech wybod ym mha le y mae'r diffoddwyr tân agosaf. Dylai unigolyn cymwys eu harchwilio'n rheolaidd. Dylid cynnal ymarferiad tân yn achlysurol er mwyn sicrhau bod y bobl ifanc yn gyfarwydd â'r drefn o adael yr adeilad os bydd tân. Mae'n ddefnyddiol cadw cofnod o'r ymarferiadau.
- Peidiwch â defnyddio unrhyw ardal pan fydd gwaith cynnal a chadw yn cael ei wneud, a rhowch 'sgrîn' o amgylch ardaloedd o'r fath, os yn bosibl.

3) Goruchwyliaeth ddigonol

Dylid goruchwyllo plant bob amser. Ni ddylid gadael plant heb eu goruchwyllo, un ai y tu mewn neu yn yr awyr agored. Dylai'r arweinydd sicrhau bod digon o aelodau staff i fodloni'r cymarebau a argymhellir (gweler isod), a hefyd bod goruchwyliaeth ddigonol ar gael ar gyfer offer ychwanegol neu beryglus. Yn achos rhai mathau o offer, e.e. cestyll bownsio, mae'n hanfodol sicrhau bod goruchwyliaeth ddigonol ar gael gan unigolion sydd wedi derbyn hyfforddiant addas. Efallai bydd angen yswiriant arbenigol / ychwanegol ar gyfer gweithgareddau risg uwch.

Dyma'r cymarebau a argymhellir gan yr NSPCC¹¹ o ran goruchwyllo plant mewn sefydliadau gwirfoddol:-

0 - 2 oed	o leiaf 1 oedolyn i 3 o blant
2 - 3 oed	o leiaf 1 oedolyn i 4 o blant
4 - 8 oed	o leiaf 1 oedolyn i 6 o blant
9 - 12 oed	o leiaf 1 oedolyn i 6 o blant
13 -18 oed	o leiaf 1 oedolyn i 8 o blant

Dyma isafswm y canllawiau cyffredinol ond dylid cynyddu'r niferoedd yn ôl yr angen; er enghraifft, er mwyn cynnig cymorth priodol i blentyn ag anghenion ychwanegol. Yn gyffredinol dylai gweithgareddau gael eu cynnal gan isafswm o ddau oedolyn.

4) Dogfennau

- Pan fydd plentyn yn cymryd rhan mewn gweithgaredd sy'n cael ei redeg gan sefydliad, mae'n bwysig bod ffurflen gwybodaeth gyffredinol a chaniatâd yn cael ei chwblhau yn y lle cyntaf gan y rhiant/gwarcheidwad. Dylai'r ffurflen gynnwys gwybodaeth gyswllt, hawl i geisio gofal meddygol mewn

¹¹ Cymarebau a argymhellir gan yr NSPCC
http://www.nspcc.org.uk/Inform/research/briefings/adult-child-ratios_wda95200.html

argyfwng a manylion am unrhyw alergeddau neu ymateb i fwydydd penodol. Dylid adolygu'r ffurflen hon yn flynyddol. (Ffurflen 5 neu 6: Ffurflen Ganiatâd a Gwybodaeth)

- Os ydych yn bwriadu defnyddio dulliau electronig neu rwydweithiau cymdeithasol i gysylltu gyda phobl ifanc, mae'n bwysig i gael caniatâd ysgrifenedig (gweler Ffurflen 6 a 3.3 D).
- Dylid gofyn am ganiatâd ychwanegol mewn perthynas ag unrhyw weithgaredd sydd y tu hwnt i'r gweithgareddau arferol. Gall hyn fod yn weithgaredd achlysurol 'risg uchel'; er enghraifft, dringo neu drip neu gwrs preswyl (Ffurflen 7: Ffurflen Ganiatâd ar gyfer Gweithgaredd Arbennig)
- Hefyd, dylid cadw cofrestr o bresenoldeb yn y clwb neu weithgaredd, ynghyd â chofrestr o'r aelodau staff cyflogedig a gwirfoddolwyr ym mhob sesiwn. Mae'n arfer da hefyd i roi gwybod i rieni/gofalwyr am natur y gweithgareddau.

5) Bwyd a diod

Os bydd bwyd a diod yn cael eu darparu yn ystod gweithgaredd, dylid ystyried y canlynol:

- Dylai gweithwyr ddilyn egwyddorion golchi dwylo a hylendid da.
- Dylid storio bwyd a diod yn briodol.
- Ni ddylid cario diodydd poeth ar draws ardal y gweithgaredd ac ni ddylid eu rhoi o fewn cyrraedd i blant ifanc.
- Dylid sicrhau goruchwyliaeth briodol yn ystod amseroedd bwyd a byrbrydau.
- Dylid sicrhau bod dŵr yfed ffres ar gael bob amser.
- Bod systemau ar waith i sicrhau nad yw plant a phobl ifanc yn gallu cael mynediad at fwydydd/diodydd y mae ganddynt alergedd iddynt. Ymhlith y bwydydd/diodydd mwyaf cyffredin mae cnau, llaeth, wyau, pysgod, pysgod cregyn a glwten.
- Os bydd prydau yn cael eu paratoi, dylai bod gan y sawl sy'n gyfrifol Dystysgrif Hylendid Bwyd Sylfaenol neu gymhwyster cyfatebol, a gwybodaeth am faterion megis paratoi, trin a storio bwyd, gwaredu gwastraff ac ati.

6) Blwch Cymorth Cyntaf

Dan y Rheoliadau Iechyd a Diogelwch (Cymorth Cyntaf), mae'n ddyletswydd ar bob cyflogwr i ddarparu o leiaf un blwch Cymorth Cyntaf ym mhob lleoliad gwaith. Dylid cadw cynnwys y blwch mewn cynhwysydd sy'n dal dŵr a dylai'r gweithiwr penodedig archwilio'r cynnwys yn rheolaidd.

7) Cofnod Damweiniau a Digwyddiadau

Dylid cofnodi unrhyw ddamweiniau neu ddigwyddiad, gan nodi dyddiad y digwyddiad, manylion y tystion ac unrhyw gamau pellach y dylid eu cymryd. (Gweler Ffurflen 9: Ffurflen Damwain neu Ddigwyddiad)

8) Yswiriant

Dylech sicrhau bod unrhyw weithgaredd wedi'i gynnwys yn y Polisi Yswiriant sydd yn enw'r eglwys leol neu adran berthnasol yr enwad. Yn amlwg, mae arfer da yn lleihau'r risg, fodd bynnag, dylid hefyd sicrhau bod yswiriant digonol ar gyfer pob gweithgaredd. Os bydd damwain, digwyddiad, neu os amheuir bod cam-drin neu os caiff achos o gam-drin ei ddarganfod, mae'n bwysig rhoi gwybod i'r cwmni yswiriant ar unwaith, neu gellid effeithio'n andwyol ar yr yswiriant.

3.2 Amddiffyn Plant

A. Sut y gallai plentyn gael ei gam-drin?

Gall plentyn gael ei gam-drin pan fydd rhywun yn ei niweidio, pan fydd rhywun yn methu ag atal plentyn rhag cael ei niweidio neu ei esgeuluso.

Gall cam-drin ddigwydd o fewn teulu, mewn adeilad sefydliad, neu yn y gymuned ehangach. Gall plant gael eu cam-drin gan bobl y maent yn eu hadnabod neu, yn llai cyffredin, gan ddieithryn.

Mae'n bwysig bod y rheini sy'n gweithio gyda phlant a phobl ifanc yn gallu adnabod arwyddion a symptomau o gam-drin oherwydd yn aml iawn nid yw plant a phobl ifanc yn gallu, neu'n fodlon, gofyn am gymorth yn uniongyrchol. Fodd bynnag, gall fod ffactorau eraill yn gyfrifol am ymddygiad y plentyn, felly ni ddylai'r unigolyn sy'n gweithio gyda'r plentyn gymryd y cyfrifoldeb i benderfynu os oes cam-driniaeth wedi digwydd.

B. Pwy sy'n cam-drin plant?

- Yn aml, rhywun y mae'r plentyn yn ei adnabod yw'r camdriniwr. Gall fod yn rhiant, brawd neu chwaer, perthynas arall, ffrind i'r teulu neu gymydog.
- Weithiau, gall y camdriniwr fod yn oedolyn sydd yn dal swydd o awdurdod neu gyfrifoldeb dros blant; gallai hyn fod yn wir o fewn yr eglwys.
- Gall y camdriniwr ddod o unrhyw gefndir.
- Gall camdriniwr fod yn wryw neu'n fenyw.
- Nid oes un ffordd sicr o adnabod rhywun a allai fod yn gamdriniwr; nid yw'n ymddangos yn wahanol i weddill cymdeithas.
- Gall rhai oedolion sy'n gamdrinwyr fod wedi cael eu cam-drin eu hunain pan yn blant.

C. Categoriâu o gam-drin ac arwyddion posibl

Math	Diffiniad	Arwyddion Posibl
<p>CAM-DRIN CORFFOROL</p>	<p>Gall hyn olygu curo, ysgwyd, taflu, gwenwyno, llosgi â thân neu ddŵr, boddi, mygu neu fel arall achosi niwed corfforol i blentyn. Gall cam-drin corfforol hefyd ddigwydd pan fo rhiant neu ofalwr yn esgus bod gan y plentyn symptomau, neu'n achosi salwch mewn plentyn yn fwriadol. Disgrifir sefyllfa o'r fath yn aml trwy ddefnyddio termau megis salwch dychmygol trwy brocsi neu 'Syndrom Munchausen trwy brocsi'.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Anafiadau nad ydynt yn gyson â'r esboniad a roddir • Anafiadau mewn mannau o'r corff na fyddai fel arfer yn derbyn anaf yn dilyn cwmp neu chwarae ayb. • Anafiadau nad ydynt wedi cael sylw meddygol • Amharodrwydd i newid neu gymryd rhan mewn gemau neu nofio • Heintiau wrinol yn gyson neu boenau bol anesboniadwy • Cleisiau ar fabanod, brathladau, llosgladau, torladau ac ati nad oes ganddynt esboniad damweiniol • Torladau / crafiadau / cam-drin sylwedd *
<p>CAM-DRIN RHYWIOL</p>	<p>Gall hyn olygu gorfodi neu annog plentyn neu unigolyn ifanc i gymryd rhan mewn gweithgareddau rhywiol, pa un a yw'r plentyn yn ymwybodol o'r hyn sy'n digwydd ai peidio. Gall y gweithgareddau gynnwys cyffwrdd â phlentyn yn gorfforol, sy'n cynnwys gweithgareddau treiddiol neu'r rheiny nad ydynt yn dreiddiol.</p> <p>Gallant gynnwys gweithgareddau digyffyrddiad, megis cynnwys plant yn y cynhyrchiad o ddeunydd pornograffig, neu eu hannog i wyllo pornograffi neu wyllo gweithgareddau rhywiol, neu annog plant i ymddwyn mewn ffordd sy'n amhriodol i blant.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Unrhyw honiadau a wneir ynghylch cam-drin rhywiol • Pwyslais gormodol ar faterion rhywiol a gwybodaeth fanwl o ymddygiad rhywiol oedolion • Gweithgaredd rhywiol amhriodol: siarad, chwarae neu dynnu lluniau • Plentyn sy'n bryfoclyd yn rhywiol neu'n fflyrtio gydag oedolion • Trefniadau rhannu gwely amhriodol yn y cartref • Ofnau, ffobiâu, breuddwydion neu hunllefau byw • Anhwyllderau bwyta - anorecsia, bwlimia *

CAM-DRIN EMOSIYNOL

Mae hyn yn gallu achosi effeithiau andwyol difrifol a pharhaus o ran datblygiad emosiynol y plentyn. Gall olygu cyfleu i blant eu bod yn ddiwerth neu nad oes neb yn eu caru, eu bod yn annigonol, neu mai eu hunig werth yw diwallu anghenion unigolyn arall. Gall olygu disgwyl gormod gan blentyn o'i oed a'i ddatblygiad. Gall olygu achosi i blant deimlo'n ofnus neu feddwl eu bod mewn perygl, neu ddefnyddio neu lygru plant.

Mae rhyw lefel o gam-drin emosiynol ym mhob math o gam-drin plant, er y gall ddigwydd ar ei ben ei hun.

- Newidiadau neu ymgiliad mewn hwyliau neu ymddygiad
- Iselder, ymddygiad ymosodol, nerfusrwydd, obsesiynau neu ffobiâu
- Tangyflawni neu ddiffyg canolbwyntio annisgwyl
- Perthynas amhriodol gyda chyfoedion a/neu oedolion
- Ymddygiad sy'n ceisio sylw
- Blinder parhaus
- Rhedeg i ffwrdd / dwyn/ dweud celwyddau

ESGEULUS- TOD

Methiant parhaus i ddiwallu anghenion corfforol a seicolegol sylfaenol plentyn, sy'n debygol o arwain at amharu ar iechyd neu ddatblygiad y plentyn yn ddifrifol.

Gall olygu bod rhiant neu ofalwr yn methu â darparu bwyd, llety a dillad digonol, yn methu â diogelu plentyn rhag niwed neu berygl corfforol, neu'n methu sicrhau mynediad i ofal neu driniaeth feddygol briodol. Gall hefyd gynnwys esgeuluso anghenion emosiynol sylfaenol plentyn neu beidio ag ymateb iddynt.

- Diffyg maeth, diffyg ffyniant, llwgu yn gyson, dwyn neu slaffio bwyd
- Salwch heb ei drin
- Gofal annigonol
- Gwisgo'n amhriodol ar gyfer y tywydd yn gyson

* Gall y rhain hefyd ddangos y posibilrwydd bod plentyn neu berson ifanc yn hunan-niweidio. Mae tua 20,000 yn cael eu trin mewn adrannau damweiniau ysbytai yn y DU bob blwyddyn.

CH. Ymateb Cyntaf i Bryder neu Honiad o Gam-drin

Os bydd pryder bod plentyn neu unigolyn ifanc wedi cael ei gam-drin, neu os gwneir honiad uniongyrchol o gam-drin, mae'n bwysig bod yr unigolyn sy'n derbyn yr wybodaeth hon yn dilyn y camau canlynol:

1) Gwnewch nodiadau cyn gynted â phosibl :

- Gwnewch gofnod ysgrifenedig o'r union eiriau a ddywedwyd, pryd y dywedwyd hyn, beth a ddywedwyd mewn ymateb, a beth oedd yn digwydd yn union cyn hyn (e.e. disgrifiad o'r gweithgaredd). Glynwch at y ffeithiau a pheidiwch â mynegi eich barn. Gallai eich adroddiad/nodiadau gael eu defnyddio yn y dyfodol mewn llys barn. (Gallwch ddefnyddio Ffurflen 11 yn adran 7 os ydych yn dymuno).
- Disgrifiwch unrhyw anaf: ei faint a darlun o'i leoliad a siâp ar gorff y plentyn.
- Gwnewch gofnod ysgrifenedig o ddyddiadau ac amseroedd y digwyddiadau hyn a phryd y gwnaed y cofnod.
- Gwnewch gofnod ysgrifenedig o unrhyw gamau a gymerwyd a chadwch unrhyw nodiadau mewn llawysgrifen hyd yn oed os byddant yn cael eu teipio'n ddiweddarach.
- Dylid rhoi'r nodiadau hyn i gydlynnydd diogelwch yr eglwys i'w gynorthwyo petai angen cyfeirio'r mater i'r Adran Gwasanaethau Cymdeithasol i Blant neu'r Heddlu. Dylid cadarnhau unrhyw atgyfeiriad yn ysgrifenedig o fewn 48 awr a dylech gael cydnabyddiaeth o'ch atgyfeiriad ysgrifenedig o fewn un diwrnod gwaith i'r dyddiad y cafodd ei dderbyn.
- Os nad oes cydlynnydd diogelwch yn eich eglwys neu os nad oes modd cysylltu â'r cydlynnydd diogelwch, neu'r dirprwy, neu os mai hwy yw testun y pryderon, dylid cysylltu â'r asiantaethau statudol ar unwaith.

2) Ceisiwch gyngor:

- Os nad oes cydlynnydd diogelwch yn eich eglwys gallwch gysylltu â swyddog diogelu y PDC¹² neu Ysgrifennydd Cyffredinol yr enwad i gael cyngor.
- Gall 'The Churches Child Protection Advisory Service (CCPAS)'¹³ hefyd roi cyngor annibynnol ac mae'n gweithredu llinell gymorth gyfrinachol 24 awr a gwefan gynhwysfawr.

3) Mewn achosion brys:

- Os bydd lle i bryderu y gallai'r plentyn fod wedi'i niweidio'n fwriadol, ei fod mewn perygl o 'niwed sylweddol' neu yn ofni dychwelyd adref, cysylltwch â'r Adran Gwasanaethau Cymdeithasol i Blant lleol neu'r Heddlu ar unwaith. Peidiwch â dweud wrth y rhieni/gofalwyr mewn amgylchiadau o'r fath.
- Os bydd y plentyn angen gofal meddygol brys, dylid galw ambiwlans neu dylid cludo'r plentyn i'r ysbyty, gan roi gwybod i'r rhieni/gofalwyr yn ddiweddarach. Dylid hysbysu staff yr ysbyty am unrhyw bryderon ynghylch amddiffyn plant. Mae ganddynt gyfrifoldeb i drosglwyddo'r pryderon hyn i'r awdurdodau statudol.

4) **NI DDYLID:** Ymchwilio i unrhyw amgylchiadau, honiadau neu ddatgeliadau ar eich pen eich hun. Nid eich lle chi, na lle'r eglwys, yw penderfynu a ddigwyddodd yr achos o gam-drin ai peidio. Eich cyfrifoldeb yw adrodd am y mater i'r unigolyn priodol.

¹² Panel Diogelwch Cydnewadol 01745 817584

¹³ CCPAS (The Churches' Child Protection Advisory Service) yw'r unig elusen ddiogelu Gristnogol annibynnol 0845120 45 50 <http://www.ccpas.co.uk/About.html>

5) Pryderon ynghylch gofal gwael gan rieni neu esgeulustod

- Os bydd y pryderon ynghylch y plentyn yn ymwneud â gofal gwael gan y rhieni, gall fod yn briodol i siarad â'r rhiant/gofalwr. Gallwch gynnig gofal domestig ymarferol ac awgrymu, er enghraifft, y dylid cael sgwrs gyda'r ymwelydd iechyd, meddyg neu'r Adran Gwasanaethau Cymdeithasol i Blant.
- Os bydd rhiant/gofalwr yn anfodlon neu'n ofni gofyn am gymorth, yna dylid cynnig mynd yn gwmni iddynt. Os nad ydynt yn cydnabod yr angen i weithredu, gellir trafod y sefyllfa yn anffurfiol â'r Adran Gwasanaethau Cymdeithasol i Blant heb ddatgelu manylion personol (megis enwau a chyfeiriadau) oni bai, wrth gwrs, y bydd yr Adran Gwasanaethau Cymdeithasol i Blant yn ystyried bod y sefyllfa yn un digon difrifol i chi wneud hynny. Dan yr amgylchiadau hyn, mae'n bwysig sylweddoli y gallai'r darlun fod yn llawer ehangach. Efallai bod yr wybodaeth a ddaeth i law yn ddarn hanfodol o'r jig-sô.

D. Sut i ymateb i blentyn sy'n datgelu achos o gam-drin

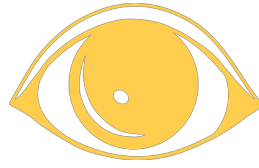
- Byddwch yn amyneddgar, gan ddangos cydymdeimlad.
- Gwrandewch yn ofalus – cymerwch sylw ac edrychwch ar y plentyn.
- Os bydd y plentyn yn rhannu gwybodaeth â chi, dylech ystyried yr wybodaeth o ddifrif. Dangoswch eich bod yn derbyn yr hyn mae'n ei ddweud (ni waeth pa mor anhebygol yw'r stori) drwy ailadrodd geiriau neu ymadroddion byr a ddefnyddiwyd ganddo.
- Peidiwch â holi'r plentyn ynghylch yr hyn a ddigwyddodd na phwyso arno i ddatgelu mwy o wybodaeth.
- Dylech bwysleisio nad yw'r plentyn ar fai.
- Dylech sicrhau'r plentyn ei fod yn gwneud y peth iawn trwy ddatgelu'r wybodaeth i chi, a'ch bod yn ystyried yr wybodaeth o ddifrif.
- Os ydych o'r farn bod y plentyn mewn perygl difrifol neu ddybryd, cysylltwch â'r Heddlu neu'r Gwasanaethau Cymdeithasol ar unwaith.

Dylech:

- ddweud wrth y plentyn beth rydych yn bwriadu ei wneud, a gyda phwy y byddwch yn rhannu'r wybodaeth a pham, ac – yn syml iawn – beth fydd yn digwydd nesaf.
- gadw nodiadau manwl cyn gynted â phosibl wedi'r datgeliad, eu dyddio a'u llofnodi. Glynwch at y ffeithiau a pheidiwch â mynegi eich barn.

Ni ddylech:

- addo cadw unrhyw achos o gam-drin y byddwch yn clywed amdano yn gyfrinach. Er enghraifft, peidiwch â dweud, "Ni fydd hyn byth yn digwydd i chi eto" neu "Wna i ddim sôn am hyn wrth unrhyw un arall".
- fynegi eich sioc neu anghrediniaeth i'r plentyn.
- drafod y mater gyda'r unigolyn a gyhuddir neu a amheuir o gam-drin.
- holi neu herio unrhyw un a enwyd fel camdriniwr posibl. Eich cyfrifoldeb yw adrodd am y mater i'r unigolyn priodol.



Rydych wedi **CLYWED**, **GWELD** neu **AMAU** bod plentyn wedi dioddef camdriniaeth neu esgeulustod

Gwnewch nodiadau manwl o'r hyn a ddywedwyd wrthyhych neu'r hyn a welsoch neu'r hyn rydych yn ei amau (gweler Ffurflen 11).

**A YDYNT MEWN
PERYGL DYBRYD?**

Ydyn

Cysylltwch â'r gwasanaethau brys neu'r tîm Gwasanaethau Cymdeithasol ar ddyletswydd yn syth

Gallwch gysylltu â swyddog diogelu y panel i gael cymorth neu gyngor
01745 817584
07957 510346
neu
cysylltwch ag ysgrifennydd cyffredinol eich enwad

Nac ydyn

Ceisiwch gyngor gan swyddog diogelu eich eglwys / swyddog diogelu y panel

neu

cysylltwch â'r tîm gwasanaethau cymdeithasol lleol

Mae rhifau ffôn ar gael ar wefan yr awdurdod lleol

**OS YDYCH YN AMAU NEU YN ANSICR
FFONIWCH AM GYNGOR**

3.3 Canllawiau ar gyfer gweithgareddau ac amgylchiadau penodol

A. Ffilmio a Thynnu Lluniau

Mae ffilmio neu dynnu lluniau plant yn ddull da o gofnodi digwyddiad positif, neu i hysbysebu clwb, ond mae'n rhaid dilyn trefn benodol er mwyn cydymffurfio â gofynion y ddeddfwriaeth diogelu data, ac i ddiogelu plant ac/neu bobl ifanc. Mae'n ofynnol eich bod yn cydymffurfio gyda Deddf Diogelu Data 1998, ac yn ystyried yn ofalus sut i ddefnyddio a storio'r delweddau.

- Mae'n rhaid cael caniatâd ysgrifenedig rhiant/gwarcheidwad y plentyn cyn tynnu llun neu ei ffilmio yn ystod gweithgareddau'r eglwys. Dylai'r ffurflen egluro diben gwneud y ffilm/tynnu'r llun e.e. ar gyfer gwefan yr eglwys, hysbysfwrdd, y wasg etc. Mae'n dderbyniol gofyn i riant/gwarcheidwad hysbysu'r sefydliad os NAD YDYNT yn dymuno i rywun dynnu llun neu ffilmio eu plentyn. (Gweler Ffurflen 8)
- Gofalwch rhag rhoi ffilm/llun plentyn ar wefan heb gael caniatâd ysgrifenedig rhiant/gwarcheidwad o flaen llaw.
- O ran dogfennau cyhoeddusrwydd, peidiwch ddefnyddio enwau neu wybodaeth a fydd yn datgelu pwy yw'r plant. Mae'r un peth yn berthnasol pan fyddwch yn anfon lluniau i'r wasg. Mae rhai eithriadau, e.e. pan fyddwch yn clodfori ennill gwobr, ond gwnewch yn siŵr eich bod wedi cael caniatâd o flaen llaw.
- Dylid cadw lluniau plant mewn lle diogel a benderfynwyd gan ymddiriedolwyr yr eglwys. Dylid hefyd cofnodi'r penderfyniad hwnnw.
- Ni ddylai gweithwyr gadw delweddau plant/pobl ifanc ar eu ffôn symudol nac ar gyfrifiadur.
- Mae'n drosedd i gadw, rhannu neu ddangos delwedd anwedus o blant.

B. Diogelwch wrth gludo plant

Bydd pob gwaith ieuenctid rywbryd neu'i gilydd yn golygu cludo pobl ifanc, boed ar noson y clwb, neu yn ôl ac ymlaen i gwrs preswyl. Bydd y canllawiau arfer da isod o gymorth i ddiogelu'r pobl ifanc a'u harweinwyr. Dylai unrhyw yrrwr fod wedi dilyn y drefn wirio arferol.

a) Ceir Preifat

- Dylai gyrwyr fod yn ymwybodol o gyfyngiadau yswiriant trydydd parti o ran cludo pobl ifanc. Gellid defnyddio ceir preifat, ond nid i'w hurio na chludo teithwyr am gydnabyddiaeth.
- Dylai gyrwyr holi eu cwmni yswiriant i sicrhau bod eu hatebolrwydd o ran teithwyr yn ddigonol. Dylai gweinidogion a gweithwyr cyflogedig yn arbennig wneud yn siŵr bod eu polisi'n yswirio gyrru fel rhan o'u galwedigaeth neu waith yn hytrach nag at ddibenion cymdeithasol a domestig a theithio i'r gwaith yn unig.
- Ceisiwch osgoi cludo plentyn neu unigolyn ifanc ar eich pen eich hun lle bo'n bosib. Ceisiwch sicrhau bod arweinydd/cynorthwywr arall yn bresennol gyda chi yn y cerbyd, neu fod plant / pobl ifanc eraill gyda chi. Os digwydd sefyllfa lle bo rhaid ichi gludo plentyn ar eich pen eich hun, sicrhewch fod arweinwyr/cynorthwywyr eraill yn gwybod fod hyn yn digwydd, a bod y plentyn yn y sedd cefn.
- Dylid ar bob cyfrif osgoi gorlenwi'r cerbyd, gan y bydd hyn yn dirymu unrhyw yswiriant sydd gennych.
- Mae'n rhaid gwisgo gwregysau diogelwch.

b) Bysiau Mini

Mae'n rhaid cydymffurfio gyda'r rheoliadau cyfredol. Cewch yrru bws mini os ydych yn meddu ar drwydded car ac yn dilyn amodau penodol – fel arall, bydd arnoch angen gwneud cais am drwydded bws mini.

Mae'r wybodaeth ddiweddaraf ar gael gan y DVLA. Gall y rheoliadau a ganlyn newid unrhyw adeg.¹⁴

Efallai y cewch yrru bws mini ac ynddo hyd at 16 sedd i deithwyr gan ddefnyddio'ch trwydded car cyfredol, ar yr amod nad yw 'i'w hurio na chludo teithwyr am gydnabyddiaeth', h.y. nid yw'r teithwyr – nag unrhyw un ar eu rhan – yn talu am y cludiant. Os gofynnir i'r teithwyr dalu bydd arnoch angen trwydded PCV (Passenger Carrying Vehicle).

Os oeddech yn meddu ar drwydded yrru cyn 1 Ionawr 1997

Cewch yrru bws mini yn y Deyrnas Gyfunol ac ar ymweliadau tramor dros dro. Pan gyrhaedddech 70 oed a'ch trwydded yn cael ei hadnewyddu, bydd rhaid ichi wneud cais arbennig sydd yn golygu bodloni safonau meddygol uwch.

Os cawsoch eich trwydded yrru ar ôl 1 Ionawr 1997

Cewch yrru bws mini ac ynddo hyd at 16 sedd i deithwyr ar yr amod:

- eich bod yn 21 oed neu'n hŷn
- eich bod yn gyrru'r bws i ddibenion cymdeithasol ac ar ran corff nad yw'n gorff masnachol
- eich bod wedi dal trwydded car ers o leiaf 2 flynedd
- eich bod yn gyrru'r bws yn wirfoddol, i ddibenion cymdeithasol ac ar ran corff nad yw'n gorff masnachol
- nad yw'r bws mini'n pwyso mwy na 3.5 tonnell (neu 4.25 tonnell gan gynnwys offer arbenigol ar gyfer teithwyr anabl, e.e. ramp ar gyfer cadair olwyn)
- nad ydych yn tynnu trelar/cart y tu ôl i'r bws

(O wefan y DVLA, Hydref 2013)

Os ydych yn ansicr, neu angen rhagor o wybodaeth ynghylch gyrru bws mini cysylltwch â'r DVLA, neu edrychwch ar eu gwefan.

- Pan fo rhywun yn gyrru bws mini o eiddo'r eglwys, mae'n rhaid iddi/iddo gael ei h/enwi ar bolisi yswiriant yr eglwys.
- Yn ôl y gyfraith, cyfrifoldeb y gyrrwr yw sicrhau, cyn defnyddio cerbyd, fod y cerbyd hwnnw'n addas ar gyfer y ffordd fawr. Gall peidio â gwneud hynny olygu y bydd y gyrrwr yn atebol yn ôl y gyfraith os digwydd unrhyw ddamwain.

OS YDYCH YN AMHEUS, PEIDIWCH Â GYRRU'R CERBYD.

Pan fyddwch yn hurio bws mini neu fws mwy, cyfrifoldeb y rhai a fydd yn ei ddefnyddio yw gwneud yn siŵr fod y perchennog yn gweithredu'n gyfreithlon a chanddo yswiriant dilys cyn defnyddio'r cerbyd. Os ydych yn amheus, gofynnwch am gael gweld copi o bolisi yswiriant y gweithredwr a'i drwydded weithredu.

- Mae'n rhaid gwisgo gwregys diogelwch ar gyfer pob taith, waeth pa mor fer ac, unwaith eto, cyfrifoldeb y gyrrwr/arweinydd yw gorfodi hyn.
- Lle bo modd, dylai arweinwyr/cynorthwywyr sydd yn cyd-deithio mewn bws mini gyda phobl ifanc eistedd yn eu plith. O ddewis, dylai arweinydd/cynorthwywr eistedd yn agos i allanfeydd y cerbyd.

¹⁴ <https://www.gov.uk/driving-a-minibus>

- Dylid cadw ‘llyfr cofnodi damweiniau / trafferth gyda’r cerbyd’ mewn bws mini o eiddo’r eglwys, a’i ddiweddar’u’n gyson.
- Sicrhewch fod Pecyn Cymorth Cyntaf a Diffoddwr Tân yn y cerbyd, a gwnewch yn siŵr eich bod yn gwybod sut i’w defnyddio.
- Nodwch mai 50 m.y.a. yw’r cyflymdra cyfreithiol uchaf ar ffordd un llain, 60 m.y.a. ar ffordd ddeuol, a 70 m.y.a. ar draffordd.

C. Cyrsiau Preswyl

Wrth drefnu cwrs preswyl, dylai’r arweinydd sydd â gofal nodi’r hyn a ganlyn:

1) Y Ganolfan Breswyl

- Mae’n rhaid bod gan y Ganolfan yswiriant digonol ar gyfer eich grŵp, a thrwydded ar gyfer y gweithgareddau y byddwch yn eu gwneud. Yn arbennig, dylai’r yswiriant fod yn addas ar gyfer gweithgareddau risg uchel, megis canwio, dringo creigiau, ayb.
- Dylai’r adeiladau gydymffurfio gyda gofynion y ddeddfwriaeth gyfredol o ran Iechyd a Diogelwch.
- Dylai’r Ganolfan eich hysbysu ynghylch ei rheoliadau. Gwnewch bob ymdrech i fod yn ymwybodol o’i hamserlen, e.e. a oes ganddi awr benodol ar gyfer diffodd goleuadau, adegau bwyd, a faint o’r gloch y disgwylir i’ch grŵp gyrraedd a gadael.
- Mae’n rhaid i’r Ganolfan fedru darparu Cymorth Cyntaf / gwasanaeth Meddyg Teulu mewn argyfwng.
- Mae’n rhaid i’r Ganolfan ddarparu llefydd cysgu ar wahân i fechgyn a merched.
- Dylid llunio strategaeth ar gyfer rhoi gwybod i rieni / warcheidwaid mewn argyfwng, neu os bydd newidiadau annisgwyl i’r rhaglen neu’r lleoliad. Gwnewch yn siŵr bod ffôn ar gael.

2) Rhieni

Mae’n rhaid cael caniatâd rhieni/gwarcheidwaid wrth fynd ag unigolyn ifanc oddi cartref ar gyfer profiad preswyl. Rhaid i ffurflen gofrestru gael ei llenwi a’i harwyddo ganddynt, a dylai’r ffurflen hefyd roi unrhyw wybodaeth feddygol berthnasol megis alergeddau, deiet arbennig ayb.

Cyn mynd i ffwrdd gyda grŵp, gwnewch yn siŵr fod y rhieni/gwarcheidwaid yn ymwybodol o’r hyn a ganlyn:

- Y rhaglen/gweithgareddau y bydd eu plentyn yn cymryd rhan ynddynt;
- Enwau a niferoedd yr arweinwyr/cynorthwywyr a fydd yn mynd gyda’r grŵp. Lle bo modd, peth da yw trefnu sesiwn o flaen llaw ar gyfer y rhieni, gan roi gwybodaeth a chyfle i rieni gyfarfod yr arweinwyr/cynorthwywyr;
- Cyfeiriad a rhif ffôn y Ganolfan;
- ‘Cytundeb’ y grŵp, sef y rheolau y gofynnir i’r bobl ifanc eu parchu, a’r hyn a all ddigwydd pe baent yn torri’r rheolau;
- Y dillad ac eitemau eraill y bydd angen i’r bobl ifanc ddod gyda hwy;
- Faint o arian poced sy’n debygol o fod yn ddigon (mae’n syniad da gosod uchafswm y dylai’r bobl ifanc ddod gyda hwy).

3) Y Bobl Ifanc

- Mae’n rhaid iddynt gael caniatâd rhiant/gwarcheidwad cyn cymryd rhan mewn cwrs preswyl a’i weithgareddau.
- Dylid rhoi iddynt wybodaeth lawn o ran natur y cwrs, a’r hyn y disgwylir ganddynt.

- Ni ddylid byth eu gorfodi i gymryd rhan mewn gweithgaredd nad ydynt yn gysurus yn ei gylch.
- Dylid caniatáu iddynt gyd-drafod y rheolau a'r 'cytundeb ymddygiad', a gwybod beth yw'r gosb os digwydd iddynt eu torri.
- Dylai bod modd i blant a phobl ifanc ddefnyddio Teleffôn. Dylid arddangos rhifau Teleffôn Childline a'r NSPCC.

CH. Defnyddio eiddo eglwysig fel llety

Ni ddylid defnyddio eiddo eglwysig fel llety oni bai eu bod yn bodloni rheoliadau iechyd a diogelwch, tân a bwyd. Os defnyddir eiddo eglwysig fel llety, mae angen ystyried rhai ffactorau:

- Ceisiwch ddefnyddio'r llawr isaf yn unig fel man cysgu.
- Dylai bechgyn a merched gael llefydd cysgu ar wahân, a goruchwyliaeth addas.
- Dylai fod o leiaf dau lwybr gwahanol yn arwain o'r llefydd cysgu ac allan o'r adeilad.
- Dylid sicrhau y byddai drysau'n agor yn hawdd mewn argyfwng. Dylid sicrhau bod yr allanfeydd wedi'u marcio'n eglur, a symud unrhyw rwystrau. Dylid rhoi cyfarwyddiadau eglur i'r bobl ifanc a'r arweinwyr/cynorthwyr beth i'w wneud pe bai tân.
- Dylid sicrhau nad yw offer gwresogi cludadwy yn rhwystro allanfeydd, a dylid eu diffodd yn ystod oriau cwsg.
- Dylai fod gan arweinwyr/gynorthwyr flachlamp rhag ofn i'r trydan fethu.
- Gwnewch yn siŵr bod modd galw am gymorth – gwnewch yn siŵr o flaen llaw fod ffonau symudol yn effeithiol yn yr ardal honno. Os oes ffôn yn yr eglwys, dylai fod modd i'r arweinwyr/cynorthwyr ei ddefnyddio.
- Dylai llefydd cysgu'r arweinwyr/cynorthwyr a'r bobl ifanc fod ar wahân, lle bo modd, ond dylai llefydd cysgu'r bobl ifanc fod yn hawdd cyrraedd atynt.

D. DIOGELWCH 'AR-LEIN'

Yn y gorffennol mae cyfrifoldeb eglwysi dros ddiogelu ac amddiffyn plant ac ieuenctid wedi golygu llunio gweithdrefnau yn ymwneud â gweithgarwch/adeiladau diogel, ac arfer da o ran gweithwyr. Heddiw mae'n rhaid dwyn i ystyriaeth diogelwch 'ar-lein' hefyd.

Mae modd i'r eglwys chwarae ei rhan wrth geisio lleihau'r risg sydd ynghlwm wrth ddefnyddio Technoleg Gwybodaeth, ffonau symudol ayb fel a ganlyn:

Cynorthwyo plant a'u teuluoedd i ddefnyddio cyfryngau 'ar-lein' yn ddiogel, trwy ddwyn i'w sylw rhai o'r peryglon, a sut i ddefnyddio TG mewn modd diogel.

Canllawiau i'n gweithwyr a gwirfoddolwyr o ran arddel egwyddorion ac arferion diogel wrth ddefnyddio TG o fewn i'r eglwys, ac fel modd i gyfathrebu gyda phobl ifanc.

1. CYNORTHWYO PLANT A'U TEULUOEDD

Mae'r Rhyngwrwd yn adnodd ardderchog, ac yn rhan annatod bellach o'n bywyd dyddiol, ond dyma rai o'r problemau a all godi:

- Seiber-fwlio ac 'ymhladd' ar-lein, bygythiadau, secstio.
- Cyfarfod â rhywun ar-lein, a'r perygl bod unigolyn yn meithrin perthynas amhriodol (grooming).

- Methu â diogelu gwybodaeth ddigidol, yn arwain at dramgwyddo preifatrwydd, dwyn hunaniaeth unigolyn, camddefnyddio gwybodaeth a thwyll.
- Rhannu ffeiliau a thorri deddfwriaeth hawlfraint, diffyg diogelwch cyfrifiadurol (frysau ayb).
- Mynediad at ddeunydd peryglus megis pornograffi, gwefannau sy'n hyrwyddo casineb, a gwefannau sy'n annog hunan-niweidio, cyffuriau, hunan-laddiad neu gamblo.
- Gor-ddefnydd y Rhyngwrwd, negeseuon testun, ffônau symudol, gemau fideo – dibyniaeth ar dechnoleg, neu fod yn gaeth iddo.

Er nad yw'r eglwys yn arbenigo yn y maes hwn, gall annog a chynorthwyo plant a'u teuluoedd i fod yn effro i'r peryglon ar-lein. Mae hyn yn cynnwys annog teuluoedd i drafod y peryglon gyda'u plant, gosod amddiffynfeydd ar gyfrifiaduron y cartref, a sicrhau bod eu plant yn cymryd y camau priodol i ddiogelu eu hunain.

Gyda chymorth arbenigwyr lleol, gall eglwysi drefnu sesiynau i gynorthwyo rhieni a gofalyddion i ddeall y maes yn well. Gallai gweithwyr ieuencid yr eglwys ddefnyddio dulliau hawdd o ledaenu'r neges, e.e. hysbysu plant a'u teuluoedd am gynlluniau megis:

Y Cynllun 'Click Clever Click Safe'

Y sefydliad UKCCIS (UK Council for Child Internet Safety) sy'n gyfrifol am y cynllun hwn, sy'n annog plant/pobl ifanc i:



'Zip it': Addysgu plant i gadw'u cyfrinair yn gyfrinachol. Parchwch gyfrinachedd gwybodaeth bersonol, a phwyswch a mesur yn ofalus pa wybodaeth y mae'n briodol ei rannu gydag eraill ar-lein. Peidiwch â rhannu'r wybodaeth a ganlyn: enw llawn yr unigolyn, lluniau, cyfeiriad cartref a manylion e-bost, rhifau ffôn, manylion y llefydd y mae pobl ifanc yn hoff o gyfarfod â'i gilydd ayb.



'Block It': Gwneud yn siŵr fod plant yn gwybod sut i flocio'r rhai sy'n achosi pryder iddynt. Trefnwch rwystrau ar gyfer y rhai sy'n anfon 'negeseuon casineb', dilëwch negeseuon e-bost amheus, a pheidiwch agor atodiadau a chysylltiadau anhysbys. Mae'r cynllun yn annog pobl ifanc i osod 'meddalwedd amddiffyn' addas.



'Flag It': Holwch eich plant yn gyson a ydynt wedi gweld rhywbeth neu wedi gwneud rhywbeth ar-lein sy'n peri pryder iddynt. Rhowch wybod i unigolyn priodol os yw rhywun yn gofyn ar-lein i berson ifanc gyfarfod â nhw, neu os ydych yn pryderu ynghylch gweithgaredd ar-lein o unrhyw fath.

Mae cyngor manwl a hyfforddiant 'diogelwch y Rhyngwrwd' i'w cael gan nifer o fudiadau:

<p>CEOP Child Exploitation & Online Protection Centre – diogelwch y Rhyngwrwd. Cyngor ac addysg Adrodd am ymddygiad amhriodol 'arlein'</p>	<p>http://www.ceop.police.uk/safety-centre http://www.thinkuknow.co.uk/</p>
<p>WISEKIDS Hybu defnydd diogel y Rhyngwrwd</p>	<p>www.wisekids.org.uk 40 Wood Crescent, Casnewydd NP10 0AL E-bost: info@wisekids.org.uk Ffôn: 01633 673339 / 07540 707258</p>
<p>Gwefan y BBC – cyngor i rieni CBBC Stay Safe (ar gyfer plant)</p>	<p>http://www.bbc.co.uk/webwise/topics/safety-and-privacy/internet-safety-for-kids http://www.bbc.co.uk/cbbc/topics/stay-safe</p>
<p>Cynllun 'Net Smart' Action for Children Rheolau sy'n eich cynorthwyo i ddefnyddio'r Rhyngwrwd yn ddiogel</p>	<p>http://www.actionforchildren.org.uk/our-services/family-support/parenting-support/netsmart</p>

2. CANLLAWIAU I'N GWEITHWYR A GWIRFODDOLWYR i arddel egwyddorion ac arferion Technoleg Gwybodaeth ddiogel o fewn i'r eglwys, ac wrth gyfathrebu gyda phobl ifanc.

a) Cyfrifiaduron yr eglwys:

- Os yw'r eglwys yn caniatáu i blant ac eraill ddefnyddio cyfrifiaduron yr eglwys mae'n rhaid wrth ganiatâd ysgrifenedig gan rieni/gwarcheidwaid i ddefnyddio'r Rhynggrwyd.
- Gwnewch yn siŵr fod cyfyngiadau priodol (e.e. goruchwyliaeth rhieni neu systemau chwilio diogel) wedi eu gosod ar gyfrifiaduron yr eglwys cyn i'r plant/bobl ifanc eu defnyddio.
- Rhaid osgoi unrhyw weithgaredd ar-lein, neu ddefnydd o raglenni personol a all beryglu'r cyfrifiadur gyda firsau ayb.

b) Gwefannau:

- Cyfrifoldeb yr eglwys yw gwneud yn siŵr fod eu gwefannau'n ddiogel ac addas. Dylid penodi oedolyn cymwys/profiadol i arolygu'r wefan.
- Yr eglwys sy'n gyfrifol am holl gynnwys ei gwefan, fforymau, blogiau, trydar neu safleoedd rhwydweithio cymdeithasol. Gall diffyg arolygu arwain at lesteirio enw da'r eglwys, a hyd yn oed goblygiadau ariannol. Ystyriwch yn ofalus beth yw manteision/anfanteision ehangu gwefan i gynnwys byrddau neges/fforymau / blogiau ayb.
- Os ydych am gynnwys enwau swyddogion, a'u rhifau ffôn, rhaid cael eu caniatâd o flaen llaw.
- Mae'n rhaid cael caniatâd ysgrifenedig rhieni/gwarcheidwaid cyn gosod llun plentyn ar wefan. Cofiwch fod modd i droseddwr rhyw ddefnyddio'r Rhynggrwyd i adnabod plant neu i gyfathrebu gyda hwy.
- Gosodwch yr 'app' - 'Report Abuse' – a baratowyd gan CEOP (Child Exploitation and Online Protection) ar wefan eich eglwys.

c) Cysylltu gyda phlant a phobl ifanc trwy ddulliau electronig:

Nid chwiw mo rhwydweithio cymdeithasol ar-lein. Mae'n newid sylfaenol yn y modd yr ydym yn cyfathrebu gyda'n gilydd.

Facebook, Twitter, Beebo, e-bostio, negeseuon testun, MySpace, Piczo a Skype – maent i gyd yn gyfryngau i ni gysylltu gyda'n gilydd. Mae modd i eglwysi, gweinidogion a gweithwyr yr eglwys ddefnyddio'r cyfryngau hyn yn effeithiol, ond rhaid wrth ymarfer da a gofal priodol.

Dylai pob eglwys drafod, cytuno a chofnodi sut y maent am gyfathrebu'n electronig gyda phlant a phobl ifanc, a sut i ddefnyddio cyfryngau 'rhwydweithio cymdeithasol' ar-lein gyda hwy. Bydd rhaid penderfynu a yw'n caniatáu i aelodau grwpiau'r eglwys fod yn 'ffrind electronig' i weithiwr neu wirfoddolwr. **Dylid cofnodi'r penderfyniad hwnnw.**

Manteision – creu cysylltiadau cyfoes a chyflym.

Anfanteision – cymylu'r ffin rhwng gweithiwr a'i rôl fel mentor/rhywun mewn awdurdod.

Dyma rai 'egwyddorion arfer da' o ran gweithgarwch a chyfathrebu ar-lein:

- Dim ond aelodau staff/unigolion sydd wedi eu recriwtio yn ddiogel a ddylai gyfathrebu'n electronig ar ran yr eglwys.
- Rhaid ymddwyn yn gyfrifol a chwrtais ar-lein. Rhaid bod yn wyliadwrus o'r iaith a ddefnyddir wrth gyfathrebu'n electronig, er mwyn osgoi camddealltwriaeth a chamddehongli.

- Ni ddylid cysylltu'n electronig gyda phlant heb gael caniatâd priodol. (Gellir gwneud hynny trwy ddefnyddio ffurflen ar wahân, neu ei gynnwys ar ffurflen wybodaeth a chaniatâd gyffredinol - gweler Ffurflen 6).
- Ni ddylid rhoi pwysau ar blentyn i ddatgelu manylion personol, e.e. cyfeiriad e-bost, rhif ffôn symudol ayb.
- Rhaid parchu rheolau **isafswm oedran** a osodir gan wahanol safleoedd rhwydweithio. Er enghraifft, ni chaniateir i blant dan 13 oed ddefnyddio Facebook, a dylid sicrhau caniatâd ysgrifenedig rhieni/gwarcheidwaid i hyn ddigwydd o ran pobl ifanc dros 13 oed.
- **Nid yw'n briodol cyfathrebu gyda phlentyn oedran ysgol gynradd – cyfathrebwch gyda'u rhieni / gwarcheidwaid.**
- Arfer da yw trefnu **'trefn atebolrwydd'**, gan ofyn i gydweithiwr fonitro unrhyw gyfathrebu gyda phlant a phobl ifanc. Mae hyn yn hynod bwysig o ran dulliau cyfathrebu personol megis negeseuon testun neu alwadau ffôn symudol. Ystyriwch yn ofalus a yw'r dulliau cyfathrebu hynny'n briodol. Os ydynt, defnyddiwch negeseuon byr, a hynny er mwyn gwneud trefniadau'n unig.
- Os yw eglwys yn caniatáu i weithiwr gynnwys plant o'r eglwys fel 'ffrindiau', dylai ystyried creu rhestr/categori ffrindiau ar wahân ar gyfer pob grŵp eglwysig. Golygai hyn mai gwybodaeth gyfyngedig yn unig sy'n weladwy i'r rhai sydd ar y rhestrau unigol hynny. Dewis arall yw creu 'Fan Page' sy'n caniatáu trosglwyddo gwybodaeth, ond nad yw'n cynnwys adnodd 'sgwrsio'.
- Dylai unrhyw weithiwr sy'n defnyddio safleoedd cymdeithasol fel modd i gysylltu yn eu gwaith adolygu **gosodiadau preifatrwydd eu proffil**. Rhaid gwneud yn siŵr bod cynnwys y safle'n addas ar gyfer plant, gan gynnwys unrhyw luniau. Cofiwch fod modd i blant weld lluniau/negeseuon/gwybodaeth pobl eraill sydd wedi eu cysylltu â'r safle (e.e ffrindiau 'Facebook').
- Ni ddylai gweithiwr rannu gwybodaeth bersonol gyda phlant a phobl ifanc, nac ychwaith ymateb i, na gofyn am wybodaeth bersonol mwy nag sy'n angenrheidiol a phriodol o ran eu gwaith.
- Yn gyffredinol, dylid defnyddio dulliau electronig er mwyn rhannu gwybodaeth, nid ar gyfer sgwrsio neu er mwyn rhwydweithio cymdeithasol.
- Dylai pob gohebiaeth gyda phlant a phobl ifanc fod yn 'gyhoeddus agored' er mwyn osgoi sefyllfaoedd amheus. Y perygl mwyaf o ran Facebook yw'r gweithgarwch preifat; dim ond chi a'r sawl yr ydych yn gohebu gyda hwy sy'n gweld y negeseuon, felly gofalgwch rhag anfon negeseuon. Os yw'n hollol angenrheidiol anfon neges Facebook, anfonwch y neges at nifer o bobl, gan gynnwys arweinwyr eraill eich eglwys. Os yw testun eich 'sgwrs' yn rhy breifat ar gyfer hynny, trefnwch i gyfarfod yr unigolyn, gan ddilyn y canllawiau diogelu arferol sydd wedi'u cynnwys yn y llyfryn hwn.
- Peidiwch â thrafod plant / gweithwyr eraill wrth ddefnyddio safleoedd rhwydweithio cymdeithasol.
- Os bydd plentyn yn cysylltu trwy ddull electronig tra'n wynebu argyfwng neu pan mewn angen, argymhellwn eich bod yn safio'r wybodaeth ac yn mynd ymlaen fel pe baech yn delio gyda phryder amddiffyn plant (gweler Adran 3.2 uchod). Pan fyddwch yn cynorthwyo person ifanc sydd mewn angen, gwell yw trefnu cyfarfod 'wyneb yn wyneb' yn unol â gweithdrefnau arfer da a diogelwch.
- Dylid cyfyngu unrhyw gyfathrebu electronig i'r oriau rhwng 8.00am - 10.00pm
- Pan fyddwch yn anfon e-bost ar ran yr eglwys, defnyddiwch logo'r eglwys os yn bosib.
- Ni ddylai gweithwyr gadw lluniau plant ar eu ffôn symudol.