Panel Diogelu Cydenwadol
Interdenominational Safeguarding Panel

Creu
EGLWYS FWY DIOGEL
I BAWB

Nodiadau
Sesiwn Hyfforddiant
a llyfryn gwybodaeth

https://panel.cymru

2024-09

Diolch am fynychu'r sesiwn hon

Gobeithiwn y byddwch yn ffeindio’r sesiwn yn ddefnyddiol ac o gymorth yn eich gwaith gyda phlant neu oedolion bregus yn eich eglwys leol.

Mae diogelu yn bwnc eang iawn ac mae’n dipyn o her i ymdrin â phopeth yn fanwl mewn un sesiwn fel hon. Dim ond yn fyr y gallwn edrych ar y prif bynciau diogelu heddiw, felly byddwn yn eich cyfeirio at ragor o wybodaeth. Rydym hefyd yn eich cynghori i wneud y gweithgareddau a nodir yn y llyfryn hwn ac i ddarllen y Llawlyfr yn ei chyfanrwydd.

Mae ein hyfforddiant yn cydymffurfio â Safonau Hyfforddi Diogelu Cenedlaethol Cymru. Yn ogystal â'r cwrs Panel Diogelu lefel 1 neu 2 , rydym yn argymell bod pob gweithiwr a gwirfoddolwr sy'n gweithio gyda grwpiau bregus yn cwblhau'r cwrs e-ddysgu Grŵp A (45 munud) cyn gynted â phosibl ar ôl dechrau eu rôl. Mwy o wybodaeth yma https://panel.cymru/cy/hyfforddiant

Rydym wedi paratoi'r llyfryn hwn fel bod gennych adnodd i'w ddarllen, ei gadw a chyfeirio ato. Mae'n cynnwys elfennau o'r **Llawlyfr Diogelu Grwpiau Bregus**, rhifau cyswllt defnyddiol a dolenni i ffynonellau cymorth a gwybodaeth bellach. Rydym hefyd yn eich annog i ddarllen y **Llawlyfr** cyfan. Mae’n ganllaw i’r polisi a gweithdrefnau diogelu Undeb Bedyddwyr Cymru, Undeb yr Annibynwyr Cymraeg, ac Eglwys Bresbyteraidd Cymru. Dylai fod copi yn eich eglwys ond gallwch hefyd ddod o hyd iddo ar wefannau y Panel a’r enwadau. Diweddarwyd y Llawlyfr yn 2022 ac yn cynnwys atodiadau newydd gyda llawer o wybodaeth defnyddiol.

Ymdrinnir â'r pynciau canlynol fel arfer mewn sesiwn:
1. **Eich polisïau a gweithdrefnau diogelu grwpiau bregus** (sef y Llawlyfr).
2. Eich cyfrifoldeb **i greu awyrgylch diogel:** egwyddorion ymarfer da wrth weithio gyda grwpiau bregus a chamau anghenrheidiol i ddilyn wrth **recriwtio** gwirfoddolwyr a gweithwyr.
3. **Arwyddion o camdriniaeth ag esgeulustod** gyda phlant neu bobl fregus a sut i ymateb i bryderon.

Megis cychwyn ydy’r sesiwn hyfforddiant. Bob tro welwch chi'r symbol yma, mae‘na cwestiynau i chi drafod yn eich tîm neu gapel lleol i’ch helpu i ystyried eich ymarfer lleol yn fwy manwl.

I gael rhagor o wybodaeth neu i ddod o hyd i ffurflenni perthnasol - dilynwch y dolenni drwy'r ddogfen hon i wefan y panel neu wefannau allanol

CYSYLLTWCH Â NI: Am gyngor a chefnogaeth neu i drefnu hyfforddiant

FFÔN: 01745 817584 / 07957510346 Am faterion DBS ffoniwch: 01745 817584

Ebost: post@panel.cymru neu ewch i’n wefan: https://panel.cymru

Panel Diogelu Cydenwadol, Unit 1 Vale Parc, Ystâd Ddiwydiannol Colomendy, Dinbych. LL16 5TA

Yn y Llyfryn hon :

TUDALEN

4 Beth ydach chi'n feddwl?

5 Beth yw Diogelu? Ein datganiad polisi

6 Ein Polisi a gweithdrefnau diogelu

7 recriwtio a dethol mwy diogel

8 egwyddorion arfer da

9 Gweithio gyda plant a phobl ifanc

10 Gweithio gydag oedolion bregus /agored i niwed

11 rhestr wiro ymarfer da

12 cwblhau asesiad risg

13 Categorïau ac arwyddion o gam-drin mewn plant

15 Categorïau ac arwyddion o gam-drin mewn oedolion bregus

17 Ymateb i bryder neu ddatgeliad

18 Sut i ymateb i rywun sy'n datgelu cam-driniaeth i chi

19 Beth nesaf ? Profwch eich gwybodaeth

20 Rhestr wirio diogelu (atodiad 10)- sut ydy'r eglwys yn gwneud?

21 ffynonellau gwybodaeth a chefnogaeth ychwanegol

Clawr cefn: Sut i ymateb os byddwch yn clywed, gweld neu amau rhywbeth?

Beth ydach chi'n feddwl?

Mythau am gam-drin…

		Gwir	Gau
1.	Mae cam-drin fel arfer yn cael ei gyflawni gan rywun sy'n adnabyddus i'r dioddefwr		
2.	Cam-drin corfforol ydy'r math mwyaf cyffredin		
3.	Os nad yw oedolyn bregus yn dweud wrth rywun am y cam-drin sy'n digwydd, ni all fod yn ddifrifol a does dim angen gweithredu.		
4.	Mae plant yn aml yn dweud celwydd am gam-drin		
5.	Os bydd y gwasanaethau cymdeithasol yn cael ei alw, mi fydd y plant yn cael eu symud o'u cartrefi		

NODIADAU

BETH YW DIOGELU?

Diogelu yw'r term sy'n disgrifio'r swyddogaeth o ddiogelu oedolion a phlant a sicrhau bod y camau priodol yn cael eu cymryd os amheuir neu ddatgelu camdriniaeth, niwed neu esgeulustod. Mae hefyd yn cynnwys nodi'r rhai sydd mewn perygl a gweithredu mesurau i atal pobl fregus rhag cael eu niweidio.

Mae'r Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 yn datgan bod "diogelu yn ATALIOL yn ogystal ag AMDDIFFYNNOL. Nid oes gofyniad i gamdriniaeth neu esgeulustod ddigwydd cyn penderfynu gweithredu. Mae angen i chi ystyried pwy allai fod mewn perygl a gweithredu i'w cadw'n ddiogel."

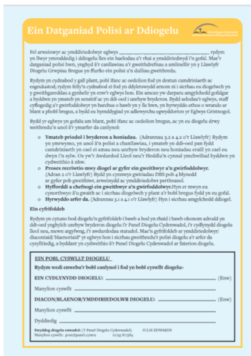
Mae'r Comisiwn Elusennau yn dweud wrthym: "Dylai diogelu fod yn flaenoriaeth lywodraethu allweddol i bob elusen," sy'n ei gwneud yn glir y dylai diogelu fod yn rhan ganolog a hanfodol o lywodraethu ac ymarfer unrhyw sefydliad cyfrifol.

Fel eglwysi, mae gennym ni cymhelliant ychwanegol i ddiogelu ac amddiffyn y rhai sy'n agored i niwed. Rydym yn ceisio adlewyrchu cymeriad a gorchmynion Iesu, ac rydym am wneud hyn hyd eithaf ein gallu a gweithredu mewn modd diogel a gofalgar o fewn ein cymunedau.

DATGANIAD POLISI DIOGELU

Polisi Undeb Bedyddwyr Cymru, Eglwys Bresbyteraidd Cymru ac Undeb yr Annibynwyr Cymraeg yw diogelu lles plant, pobl ifanc ac oedolion bregus 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 ymddwyn mewn modd sy'n adlewyrchu egwyddorion yr eglwys Gristnogol. Byddant yn dangos parch i hawliau dynol a dealltwriaeth ohonynt, yn hybu ethos o wrando a sicrhau diogelwch pawb, yn arbennig plant ac oedolion bregus



Bydd yr eglwys yn gofalu am blant, pobl ifanc ac oedolion bregus ac yn eu diogelu drwy ddilyn arferion da mewn perthynas â'r canlynol:

⇒ Ymateb yn briodol i bryderon a honiadau

⇒ Recriwtio gweithwyr a gwirfoddolwyr yn fwy diogel

⇒ Hybu arferion gwaith da

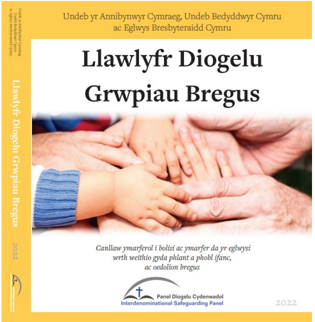
⇒ Hyfforddi a chefnogi eu gweithwyr yn eu swyddogaeth ac mewn amddiffyn plant ac oedolion bregus

Gweler hefyd y ddogfen Datganiad Polisi Eglwys Unigol sydd ar gael yn fersiwn 2022 o'r llawlyfr ac ar ein gwefan a dylid ei arddangos ym mhob eglwys.

GWEITHGAREDD: Ydy'r eglwys yn cydymffurfio â'r polisi diogelu?

1. Ydy'r eglwys wedi penodi cydlynydd diogelu? (Gweler dogfen datganiad polisi'r eglwys unigol am fwy o fanylion). Mae yna adran newydd ar wefan y Panel gyda gwybodaeth,adnoddau a manylion am hyfforddiant ar gyfer cydlynwyr Diogelu lleol https://panel.cymru/en/local-church-safeguarding –cydlynydd
2. A yw'r datganiad polisi unigol yn cael ei arddangos yn yr eglwys?
3. A yw'r eglwys wedi cynnal hunan-asesiad diogelu? (Gweler tudalen 20 yn y llyfryn hwn neu atodiad 10 yn y llawlyfr.)
4. A yw ymddiriedolwyr yr eglwys yn ymwybodol o'u cyfrifoldebau Diogelu? A ydynt wedi darllen Atodiad 7 yn y Llawlyfr 2022) https://panel.cymru/images/atodiad_7_ymddiriedolwyr_2022.pdf

EIN POLISI A GWEITHDREFNAU DIOGELU



Ers 2014 mae'r gweithdrefnau a chyngor yn y Llawlyfr Diogelu Grwpiau Bregus yn sail i'r polisi diogelu abwysiedig Undeb Bedyddwyr Cymru, Eglwys Bresbyteraidd Cymru ac Undeb yr Annibynwyr Cymraeg ar gyfer gweithio gyda phlant ac oedolion bregus. Cynhyrchwyd rhai diweddariadau pwysig yn 2022.

Dylai bod gan pob eglwys copi o'r llawlyfr. Gallwch ddilyn y ddolen isod i gael mynediad i'r fersiwn ar-lein. **https://cy/llawlyfr-diogelu-grwpiau**

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

Mae'r llawlyfr yn mynd â ni gam wrth gam trwy:

1. **Ein datganiad o fwriad a datganiad polisi ar ddiogelu (Adran 1)**
2. **Recriwtio mwy diogel (gan gynnwys gwiriadau DBS) (Adran 2)**
3. **Gweithio gyda phlant a phobl ifanc (Adran 3.1) a sut i ymateb i bryderon (Adran 3.2)**
4. **Gweithio gydag oedolion bregus (Adran 4.1) a sut i ymateb i bryderon (Adran 4.2)**
5. **Gofal bugeiliol (Adran 5)**
6. **Atodiadau (Adran 6) sy'n cynnwys** gwybodaeth bwysig i'ch helpu i roi'r polisi ar waith**.** Mae hyn yn cynnwys cod ymddygiad ar gyfer gwirfoddolwyr (atodiad 2a), taflen wybodaeth ar gyfer ymddiriedolwyr (atodiad 7) gwybodaeth am ddefnyddio a rhannu delweddau o blant(atodiad 8) a rhestr wirio hunanasesu diogelu eglwys fwy diogel (atodiad 10)
7. **Ffurflenni (Adran 7)**

PWY SY'N AGORED I NIWED NEU BREGUS ?

Mae person bregus yn debygol o ddibynnu ar eraill am amddiffyniad a chymorth.

Yn ogystal â'r term "BREGUS" byddwch hefyd yn clywed y termau mewn perygl o niwed neu agored i niwed', sy'n cael eu byrhau weithiau i oedolion neu blant 'mewn perygl'.

Mae pob plentyn yn bregus i ryw raddau ac mae angen gofal ac amddiffyniad gan oedolion. Mae Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 yn nodi bod "plentyn mewn perygl" yn blentyn sydd: yn profi neu mewn perygl o gam-drin, esgeulustod neu fathau eraill o niwed ac sydd ag anghenion am ofal a chymorth (p'un a yw'r awdurdod yn diwallu unrhyw un o'r anghenion hynny ai peidio). Gweler tudalen 16 am y diffiniad o oedolyn sy'n wynebu risg.

Rhan allweddol o'n rôl ddiogelu yw dysgu adnabod pwy sydd mewn perygl. Rydym angen bod yn ymwybodol bod camdriniaeth, niwed ac esgeulustod yn gallu digwydd ym mhob man—hyd yn oed yn ein cymuned ni.

Recriwtio a dethol mwy diogel

Mae'n bwysig sicrhau bod gweithwyr a gwirfoddolwyr yn cael eu penodi, hyfforddi, cefnogi a goruchwylio yn unol â chanllawiau recriwtio mwy diogel ac ymarfer da. Gofynnwch i bawb sy'n gweithio gyda grwpiau bregus i arwyddo'r cod ymddygiad diogleu (atodiad 2a yn y llawlyfr 2022)

Dyma'r elfennau ein broses recriwtio mwy diogel:

1. Ffurflen Gwirfoddolwyr neu Ffurflen Gais
2. Ffurflen Hunan–Datganiad
3. Sgwrs anffurfiol ynglyn â'r rôl gwirfoddol neu cyfweliad ar gyfer gweithwyr cyflogedig
4. Gwiriad Gwasanaeth Datgelu a Gwahardd(DBS)
5. Sicrhau geirda gan ddau ganolwr annibynnol
6. Hyfforddiant– ewch i'r tudalen hyfforddiant ar ein gwefan https://panel.cymru/cy/hyfforddiant

Ewch i adran 2 o'r llawlyfr neu wefan y panel am fwy o fanylion am y broses yma ac am yr holl ffurflenni a nodwyd uchod. https://panel.cymru/cy/recriwtio-mwy-diogel

Gwiriad DBS

Mae gwiriad y Gwasanaeth Datgelu a Gwahardd (DBS) yn rhan bwysig o'r broses recriwtio gweithwyr a gwirfoddolwyr er mwyn diogelu plant a grwpiau bregus. Dylid ail-wneud gwiriad bob 4 blynedd.

Mae'n bosibl i wneud eich gwiriad DBS yn electronig neu gyda ffurflen papur. Yn annffodus nid yw'r broses electronig ar gael yn Cymraeg eto. Am fwy o fanylion ewch i adran 2 o'r llawlyfr neu ewch i'n gwefan: https://panel.cymru/cy/dbs

Pwy sy angen gwneud DBS?

Dyma engreifftiau o unigolion sy'n gymwys i wneud DBS. Yn ôl ein polisi, dylai pawb sy'n gymwys gwneud gwiriad DBS. Gweler y siartiau llif yn adran 2 o'r llawlyfr.

- Rhai sy'n gwneud gweithgaredd a rheoleiddir yn **gorfod** gwneud gwiriad DBS manwl gyda gwiriad o'r rhestr gwahardd.(Gweler adran 2 o'r llawlyfr am ddiffiniad llawn).
- Rhai sy'n gweithio gyda phlant (ond dim yn gwneud gweithgaredd a rheoleiddir) **yn gymwys** i wneud gwiriad DBS manwl heb wiriad o'r rhestr gwahardd .
- Gweithwyr sy'n gweithio yn rheolaidd gydag oedolion bregus. (ond ddim gweithgaredd a rheoleiddir yn gymwys i wneud gwiriad DBS manwl heb wiriad o'r rhestr gwahardd .
- Mae ymddiriedolwyr yn gymwys i wneud gwiriad DBS **os oes gwaith grwpiau bregus rheolaidd yn digwydd yn y capel** - hyd yn oed os nad ydynt yn gweithio yn uniongyrchol gyda grwpiau bregus.

Gweithgaredd: Gwiriadau DBS / Ydych chi'n gyfredol?

A ydych chi'n gwneud popeth o fewn eich gallu i sicrhau bod eich gweithwyr a gwirfoddolwyr yn addas ac yn ddiogel? Darllenwch adran 2 o'r llawlyfr a'r siartiau llif a gwybodaeth yn yr adran DBS ar y gwefan. https://panel.cymru/cy/dbs.Mae'r hyfforddiant cydlynwyr diogelu yn edrych yn fwy fanwl ar y pwnc yma .Cysylltwch a'r swyddfa am ffurflenni neu fwy o wybodaeth

EGWYDDORION ARFER DA

Mae dilyn egwyddorion arfer da yn elfen allweddol o'n harferion diogelu wrth weithio gyda grwpiau bregus. Gall hyn atal damweiniau a'n helpu i osgoi pethau fynd o'i le yn y lle cyntaf.

Er y gall llawer o arferion da yn ymddangos fel "synnwyr cyffredin" mae'n bwysig ein bod ni i gyd yn gweithio tuag at yr un safonau uchel yn ein gwaith gyda grwpiau bregus. Dylem sicrhau bod pawb yn deall ac yn ymarfer yr egwyddorion hyn. Mae hi'n bwysig iawn i rannu disgwyliadau a chyfrifoldebau pob rôl gyda gweithwyr a gwirfoddolwyr newydd.

RHAI ARFERION DA

Gweler adran 3 a 4 yn y llawlyfr

Sicrhau bod . . .

- √ Pawb yn deal y canllawiau a'r gweithdrefnau lleol;
- √ Rydych yn gwrando ar bawb ac yn eu trin gyda pharch ac urddas;
- √ Ethos agored a thryloyw yn cael ei hybu;
- √ Mae gweithgareddau yn cael eu cynlluniau yn ofalus gan gynnwys asesiadau risg.
- √ Mae pawb yn teimlo'n rhydd i ofyn cwestiynau a gofyn am help;
- √ Mae gweithwyr yn ymwybodol o'u diogelwch eu hyn ac eraill;
- √ Mae gweithwyr yn ofalus ac yn ddoeth ynglŷn â chyffwrdd, cyfathrebu electronig a lluniau

Gweithgaredd: EGWYDDORION A CHANLLAWIAU YMARFER DA

Edrych ar y rhestrau ar dudalen 8 neu 9 o'r llyfryn yma neu yn y llawlyfr

Nodwch yn y bocs isod unrhywbeth sy'n taro chi yn bwysig, yn eich synnu chi neu na feddylioch chi amdano fo o'r blaen?

(Mae hyn i'ch annog i feddwl a siarad am ddiogelu yn eich cyd-destun lleol.)

Gweithgaredd: Hybu arfer da a chyfathrebu effeithiol

Edrychwch ar atodiad 2 yn y llawlyfr :Canllawiau ac arferion gwaith diogel

https://panel.cymru atodiad_2_canllawiau_gweithio_diogel.pdf (panel.cymru) a meddyliwch am eich gweithgareddau a'ch ymarfer lleol. Sut fyddech chi'n addasu'r ddogfen i adlewyrchu eich gweithgareddau lleol? Trafodwch eich atebion gyda'ch cydweithwyr. Oes angen i chi addasu neu newid unrhyw beth?

Ystyriwch gynhyrchu copi caled o'r ddogfen hon i'w rhannu â gweithwyr, rhieni a gofalwyr.

Gweithio gyda phlant a phobl ifanc

Ystyriwch y canllawiau dilynol yn eich gwaith gyda phlant a phonl ifanc

- Peidiwch ag ymddwyn neu siarad mewn modd y gellid ei gamddehongli.
- Sicrhewch ganiatâd ysgrifenedig gwybodus gan rieni /gofalwyr.
- Sicrhewch ganiatâd ysgrifenedig ynlgyn a thynnu a defnyddio lluniau o blant. (gweler atodiad 8)
- Byddwch yn ofalus wrth wrando ar bobl ifanc yn adrodd eu pryderon.
- Peidiwch addo cadw cyfrinachau.
- Byddwch yn ymwybodol o'ch diogelwch eich hun bob amser.
- Byddwch yn agored ac yn dryloyw fel tîm.
- Byddwch yn ddoeth ynglŷn â chyffwrdd a plant a cyfathrebu electronig.
- Sicrhewch eich bod yn gwybod sut i ymateb i bryderon neu datgeliadau
- Holwch os ydych yn ansicr - peidiwch â stryglo ymlaen

Cyffyrddiad

- Rhan hanfodol o fywyd bob dydd a ffordd pwysig o gyfleu hoffter a chynhesrwydd
- Byddwch yn agored a thryloyw fel tîm. Dylai aelodau'r tîm fod yn rhydd i helpu ei gilydd trwy herio yn adeiladol unrhyw ymddygiad sy'n gallu cael ei gamddehongli.
- Addas ar gyfer oedran ac i wneud ac anghenion y plentyn - nid y gweithiwr
- Parchwch ffiniau gwahanol – gofynnwch- paid a chymryd pethau yn caniataol
- Dim tu ôl i ddrysau caeedig!

Disgyblaeth

- Dod i nabod y plant - ffeindio allan beth sy'n gweithio
- Gwnewch "ground rules" gyda nhw.
- PEIDIWCH BYTH Â THARO PLENTYN, na'i ddisgyblu'n gorfforol.
- Peidiwch a stryglo ymlaen:Gofynnwch am gymorth
- Cysondeb - cytunwch ar ganllawiau fel weithwyr
- Sicrhewch ddigon o weithwyr

Ratios argymelledig NSPCC

ratios I gadw plant yn ddiogel:

- 0 – 2 oed: 1 oedolyn i 3 o blant
- 2 – 3 oed: 1 oedolyn i 4 o blant
- 4 – 8 oed: 1 oedolyn i 6 o blant
- 9 – 12 oed: 1 oedolyn I 8 o blant.
- 13 – 18 oed: 1 oedolyn I 10 o blant.

Dylai'r ratios hyn gynyddu yn ol angen e.e I gynnig cefnogaeth bruiodol I blentyn ag anghenion ychwanegol.

MAE ANGEN 2 OEDOLION (WEDI RECRIWTIO YN DDIOLGEL) BOB TRO – GAN CYNNWYS GWAITH RHITHIOL

page 24

Diogelwch ar-lein/electronig

- Cynorthwyo plant a'u teuluoedd i ddefnyddio cyfryngau 'ar-lein' yn ddiogel. Rhannwch gwybodaeth am ffynonellau cefnogaeth
- Sicrhewch canllawiau a pholisi clir o fewn yr eglwys ar gyfer cyfarthrebu yn electronig gyda phobl ifanc
- Dilynnwch canllawiau oedran ar gyfer gemau a platfformau bob amser.
- Dilynnwch canllawiau diogelu arferol
- Ystyriwch gwneud hyfforddiant arbenigol e.e.NSPCC

panel.cymru/cy/diogelwch-ar-y-we

Tudalen 35-38

Gweithgaredd:Canllawiau clir er mwyn diogelu plant a gwirfoddolwyr

Edrychwch ar adran 3.1 a 3.3 o'r llawlyfr. Oes gennych chi ganllawiau clir ynglŷn â chyfathrebu yn electronig gyda phlant a phobl ifanc ac am dynnu lluniau(atodiad 8)?Ydy'r staff/ gwirfoddolwyr i gyd yn ymwybodol o hyn? Oes gennych ffurflenni caniatâd cyfredol?

Ydy pawb sy'n gweithio gydag phlant wedi arwyddo'r cod ymddygiad (atodiad 2a yn y llawlyfr 2022)

GWEITHIO GYDAG OEDOLION BREGUS

Ystyriwch y canllawiau cyffredinol canlynol yn eich gwaith gydag oedolion bregus/ oedolion agored i niwed (gweler y diffiniad ar dudalen 16)

1) Gwrandewch yn ofalus er mwyn darganfod beth yw dymuniadau'r unigolyn.

2) Dylid sicrhau bod cyfle i bawb gymryd rhan neu beidio, yn ôl eu dymuniad. Peidiwch byth â gorfodi unrhyw un i gymryd rhan mewn gweithgaredd. Dylid sicrhau bod unigolion yn deall yn iawn y dewisiadau a gynigir iddynt.

3) Peidiwch â chymryd unrhyw beth yn ganiataol. Er enghraifft, gofynnwch a yw'r unigolyn yn fodlon i chi ddefnyddio ei enw cyntaf.

4) Defnyddiwch iaith gadarnhaol a phriodol, a gofynnwch am gyngor os bydd gan yr unigolyn rydych yn ymdrin ag ef/hi anghenion cyfathrebu penodol.

5) Parchwch annibyniaeth yr unigolyn. Peidiwch ag annog yr unigolyn i ddod yn ddibynnol arnoch.

6) Dylech drin yr unigolyn ag urddas bob amser a pharchu ei breifatrwydd, yn enwedig wrth roi cymorth gydag anghenion gofal personol.

7) Pan fyddwch yn ymweld â phobl, cofiwch gnocio ar y drws cyn mynd i mewn i'r adeilad neu ystafell.

8) Byddwch yn ymwybodol o hyd yr ymweliadau.

9) Pan fyddwch yn ymweld ag ysbytai neu gartrefi gofal, dylech bob amser ddweud wrth aelod o staff eich bod yno.

10) Mae cyffyrddiad yn rhan hanfodol o fywyd pob dydd ac yn ffordd o gyfleu hoffter, cynhesrwydd a chysur. Ond dylech ystyried pa mor addas yw cyffyrddiad corfforol, ni waeth pa un ohonoch wnaeth gymryd y cam cyntaf. Mae gennym oll ein ffiniau gwahanol a dylid eu parchu. Mae gafael llaw neu gofleidio yn ffordd dda o gynnig cysur, ond gofynnwch yn gyntaf yn hytrach na rhagdybio.

11) Pan fyddwch yn ymdrin â materion ariannol unigolyn, mae'n hanfodol eich bod yn ymddwyn yn onest, diffuant a thryloyw.

12) Ni ddylech gymryd rhan mewn gwaith bugeiliol sydd y tu hwnt i'ch cyfrifoldeb a'ch cymhwysedd.

13) Peidiwch â diystyru unrhyw bryderon sydd gennych ynghylch diogelwch rhywun. Ceisiwch gyngor neu cyfeiriwch y mater ar unwaith.

14) Yn ogystal â bod yn ymwybodol o ddiogelwch yr unigolion bregus, dylech hefyd fod yn ymwybodol o'ch diogelwch personol ac amddiffyn eich hun rhag honiadau. Dylid ymddwyn yn agored, tryloyw ac atebol.

15) Yn gyffredinol, peidiwch â derbyn rhoddion neu roddion ariannol. Os byddwch yn tramgwyddo neu'n pechu rhywun drwy wrthod y rhodd, dylech sicrhau eich bod yn dweud wrth flaenor/ diacon neu arweinydd cyn gynted â phosibl. Bydd hyn yn osgoi unrhyw gyhuddiad neu ddryswch yn y dyfodol.

16) Byddwch yn ddoeth wrth ymweld ag eraill ar eich pen eich hun.

17) Dylech osgoi ymweld â phobl fregus gyda'r nos ac eithrio

Gweler hefyd adran 4 yn y llawlyfr

Gweithgaredd: Canllawiau clir er mwyn diogelu oedolion bregus a gwirfoddolwyr

Edrychwch ar Adran 4.1 o'r Llawlyfr. Ydy'r gwirfoddolwyr i gyd wedi darllen a deall y canllawiau hyn? Ystyriwch greu canllawiau lleol o'r rhestr uchod y gallwch eu rhannu gyda'r holl ymwelwyr bugeiliol a gwirfoddolwyr sy'n gweithio gydag oedolion bregus. Gofynnwch i bawb sy'n gweithio gydag oedolion bregus i arwyddo'r cod ymddygiad (atodiad 2a yn y llawlyfr 2022)

Rhestr wiro ymarfer da

A ydych chi wedi ystyried y canlynol yn eich gwaith?
Oes angen addasu neu datblygu eich canllawiau neu ymarfer lleol?
Eitemau wedi'u marcio * ar gyfer gweithwyr plant yn bennaf

Lleoliadau diogel

- □ Cynnal **ASESIAD RISG** i nodi unrhyw risgiau a pheryglon posibl. Mae asesiadau risg yn arf defnyddiol i ystyried unrhyw amgylchiadau neu sefyllfaoedd arbennig - nid adeiladau yn unig. Gwnewch yn siŵr eich bod yn rhannu'r asesiad risg gyda'r tîm. Mae'r canllaw cam wrth gam ar y dudalen nesaf yn seiliedig ar (Ffurflen 10)yn y llawlyfr .
- □ Oes gennych chi blwch **CYMORTH CYNTAF** a rhywun gyda hyfforddiant priodol?
- □ Os ydych yn gweini bwyd gwnewch yn siwr bod chi'n dilyn canllawiau **HYLENDID BWYD**
- □ Oes gennych **YSWIRIANT** addas?

Dogfennau – Sicrhewch y canlynol

https://panel.cymru/cy/ffurfleni-defnyddiol (Adran 7 yn y Llawlyfr)

- □ **FFURFLEN CANIATÂD A GWYBODAETH** *(ffurflen 5,6 a 7)Mae angen i chi gael caniatâd ysgrifenedig gan rieni/gofalwyr. Defnyddiwch y wybodaeth i ddod i adnabod y plant fel y gallwch ofalu amdanynt yn effeithiol- A oes unrhyw anghenion arbennig? Meddyginiaeth?
- □ **CANIATÂD I GYMRYD A DEFNYDDIO FFOTOGRAFFAU** (ffurflen 8). Gweler hefyd atodiad 8 am wybodaeth a chanllawiau.https://panel.cymru/images/atodiad_8_lluniau_plant_2022.pdf
- □ **FFURFLEN DAMWAIN** (ffurflen 9)
- □ Ydych chi wedi dilyn canllawiau diogelu data? Ydych chi wedi storio'r ffurflenni mewn modd cyfrinachol?

Staff / gwirfoddolwyr

- □ Gwnewch yn siŵr bod eich gwirfoddolwyr wedi cael eu recriwtio'n ddiogel ac efo DBS dilys ar gyfer eu rôl? Cysylltwch â'r swyddfa panel os ydych yn ansicr. (01745 817584) post@panel.cymru
- □ Ydy pawb yn deall eu rôl a'u cyfrifoldebau? Ydy pawb sy'n gweithio gydag grwpau bregus wedi arwyddo'r cod ymddygiad - atodiad 2a yn y llawlyfr 2022
- □ Gwnewch yn siŵr bod gennych **DDIGON O GYNORTHWYWYR. Mae ratios NSPCC *** ar gyfer gweithwyr gwirfoddol gyda phlant wedi nodi ar tud 30 yn y lawlyfr neu tud 9 yn y llyfryn. Defnyddiwch hwn fel canllaw, ond mae'n well cael gormod o staff yn hytrach na dim digon.

Trefniadau dechrau a diwedd sesiwn *

- □ Oes gennych gofrestr i arwyddo'r plant i mewn ac allan?
- □ Ydych chi'n gwybod pwy sy'n cael casglu'r plant?
- □ Oes gan rai o'r plant caniatâd i fynd adre ar ei ben ei hun?

Trefniadau argyfwng

- □ Signal ffôn
- □ Ffurflen damwain
- □ Ydy pawb yn gwybod beth i'w wneud os ydynt yn poeni am sefyllfa neu unigolyn?

Cwblhau asesiad risg

Mae asesiad risg yn ffordd ddefnyddiol o feddwl trwy'r risgiau a phroblemau posibl a all ddigwydd mewn unrhyw weithgaredd. Mae'n eich helpu i ddod o hyd i atebion, yn dangos eich bod wedi cynllunio'n ofalus ac yn eich helpu i gymryd y camau rhesymol angenrheidiol i gadw pawb yn ddiogel.
Mae'n ffordd dda o rannu gwybodaeth bwysig gydag aelodau eraill o'r tîm i sicrhau bod pawb yn dilyn yr arfer gorau posibl i weithredu mewn modd diogel ac atebol.
Mae'r camau isod wedi'u selio ar ffurflen 10 (asesiad risg) sy'n gweithio fel rhestr wirio i feddwl am risgiau, problemau a llunio atebion neu gamau i leihau'r risg i lefel dderbyniol.

Canllaw cam wrth gam

Cam 1 Disgrifiwch y gweithgaredd, digwyddiad neu leoliad sy'n cael ei asesu. Cofiwch fod asesiad risg am fwy nag adeiladau yn unig. Mae'n ffordd defnyddiol i feddwl yn ofalus am ddiogelwch eich gweithgareddau o fewn yr eglwys. Wnawn ni weithio trwy rai gweithgareddau arferol. ***E.e Clwb cinio ar gyfer oedolion bregus ,wibdaith Clwb Plant neu Glwb Gwaith Cartref?***

Cam 2 Beth yw'r risgiau sy'n gysylltiedig â'r gweithgaredd neu leoliad?
'Risg' yw'r siawns, uchel neu isel, y caiff rhywun ei niweidio gan ryw fath o ddigwyddiad, gweithgaredd neu berygl. Meddyliwch am weithgareddau sy'n digwydd ar eich safle (e.e. Clwb Ieuenctid, Grŵp Mam a Phlentyn). Cofiwch efallai ni fydd y risg yr un peth i bob grŵp.
'Peryglon' yw unrhyw beth all achosi niwed (e.e. llithro / baglu, ceblau, lloriau). Edrychwch arnynt wrth gerdded o gwmpas yr adeilad ac edrych am beryglon a allai achosi niwed difrifol neu effeithio ar nifer o bobl. ***E.e. oedolyn bregus yn cael adwaith alergaidd i fwyd neu ddiod yn ystod y Clwb Cinio neu blentyn yn mynd ar goll yn ystod y wibdaith neu blentyn yn cael mynediad at ddeunydd amhriodol ar-lein yn ystod Clwb Gwaith Cartref.***

Cam 3 - Gwerthuswch y risg a phenderfynu a yw'n risg isel, ganolig neu uchel
Pa mor debygol yw pob perygl a nodwyd o achosi niwed? Pa mor ddifrifol fyddai'r canlyniadau? Gallwch ddefnyddio'r matrics isod i helpu gyda'ch asesiad:
Aseswch tebygolrwydd o'r broblem/ risg yn digwydd fel a ganlyn: 1=Annhebygol, 2=Posib, 3=Tebygol, 4=Tebygol iawn, 5=Pendant
Aseswch y difrifoldeb y canlyniadau fel a ganlyn: 1 = Bychan iawn (e.e. crafiadau, anghyffyrddus), 2 = Bychan (clwyfai bychain, briwo), 3 = Drwg (torri asgwrn), 4 = Sylweddol, (5 = Angheuol).
Nawr lluoswch y 'tebygolrwydd' y bydd y risg yn digwydd gyda 'difrifoldeb y canlyniad' a nodwch eich cyfanswm.
Mae cyfanswm o 1-4 yn risg isel, 5-7 yn gymedrol ac 8+ risg uchel
Mae hyn yn ein helpu i fesur y risg ac yn blaenoriaethu'r camau sydd angen eu cymryd.

Cam 4 – Risg i Bwy? Plant, Oedolion Bregus, aelodau o Staff, aelodau o'r cyhoedd ac ati

Cam 5 - Nodwch y camau a ddefnyddir i reoli risg Gallai mesurau rheoli gynnwys pethau fel sicrhau digon o staff wedi'u hyfforddi i oruchwylio plant, sicrhau bod rhywun wedi'u hyfforddi mewn cymorth cyntaf. Gallai fod sicrhau bod ffurflen ganiatâd wedi ei gwblhau ar gyfer pob plentyn yn y Clwb sy'n rhoi caniatâd meddygol a ffotograffiaeth neu gallai fod yn rhywbeth syml iawn fel yn tapio cebl rhydd i lawr.
Yn ôl at yr enghreifftiau. Sut y gallech chi leihau'r risg o'r pethau a nodwyd yn Cam 1 ddigwydd? Dyma rai mesuriadau rheolu risg posibl:
Aelodau'r Clwb Cinio - gallai mesur rheoli fod i ddefnyddio ffurflen syml i ofyn a oes ganddynt unrhyw alergeddau fel y gallwch osgoi unrhyw beth a fyddai'n peri perygl.
Gwibdaith y Clwb Plant - sicrhau goruchwyliaeth ddigonol gyda digon o wirfoddolwyr.
Y Clwb Gwaith Cartref - sicrhau rheolaethau ar fynediad at safleoedd rhyngrwyd a darparu addysg ynglŷn â defnydd o'r rhyngrwyd.

Cam 6- A yw'r mesurau rheoli yn ddigonol?
Oes angen unrhyw fesurau neu gamau pellach i leihau'r risg i lefel dderbyniol neu a oes camau pellach sydd eu hangen i roi'r mesurau ar waith? <u>NAWR llofnodwch a rhowch ddyddiad ar eich asesiad a'i rannu gyda'r holl bartïon perthnasol</u>

Cam 7 Adolygu eich asesiad a'i ddiwygio yn ôl yr angen Mae'n arfer da i adolygu eich asesiad o bryd i'w gilydd (o leiaf yn flynyddol) er mwyn sicrhau ei fod yn parhau yn effeithiol. Cofiwch, os oes offer newydd neu newid yn y ffordd rydych yn gweithio, bydd angen i chi ail edrych ar eich asesiad a fynd drwy'r weithdrefn eto - adnabod peryglon, asesu risg a chymryd camau. Ychwanegwch unrhyw ganfyddiadau i'ch cofnod gwreiddiol i sicrhau ei fod yn aros yn gyfoes.

CATEGORÏAU O GAM-DRIN AC ARWYDDION POSIBL MEWN **PLANT**

Math	Difiniad	Arwyddion Posibl
CAM-DRIN CORFFOROL	Gall hyn olygu curo, ysgwyd, taflu, gwenwyno, llosgi â thân neu ddŵr, boddi, mygu neu fel arall achosi niwed corfforol i blentyn. Gall 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'	• Anafiadau nad ydynt yn gyson â'r esboniad a roddi • Anafiadau mewn mannau o'r corff na fyddai fel arfer yn derbyn anaf yn dilyn cwymp neu chwarae ayb. • Anafiadau nad ydynt wedi cael sylw meddygol • Amharodrwydd i newid neu gymryd rhan mewn gemau neu nofio • Heintiau wrinol yn gyson / boenau bol anesboniadwy . • Cleisiau ar fabanod brathiadau, llosgiadau, toriadau ac ati nad oes ganddynt esboniad damweiniol. • Toriadau / crafiadau / cam-drin sylwedd *
CAM-DRIN RHYWIOL	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. Gallant gynnwys gweithgareddau digyffyrddiad, megis cynnwys plant yn y cynhyrchiad o ddeunydd pornograffig, neu eu hannog i wylio pornograffi neu wylio gweithgareddau rhywiol, neu annog plant i ymddwyn mewn ffordd sy'n amhriodol i blant.	• 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 • Anhwylderau 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
ESGEULUSTOD	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 ffynniant, 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.

O'r Llawlyfr Diogelu Grwpiau Bregus Tudalen 28 neu 34

Math	Difiniad	Arwyddion posibl
CORFFOROL	Gall fod yn weithred neu yn ddiffyg gweithredu, yn cynnwys taro, cicio, anafu bwriadol, llosg bwriadol, diffyg maeth, diffyg ymgeledd a gofal personol. Creu amgylchedd perygl yn fwriadol. Camddefnydd o feddyginiaeth. Gwrthod gweinyddu meddyginiaeth neu ddefnydd amhriodol o feddyginiaeth er mwyn cyfyngu rhywun. Cyfyngu cwsg. Gorfodi rhywun i weithio mewn sefyllfa anniogel.	• Hanes o anafiadau anesboniadwy. • Cleisiau, yn benodol rhai mewn mannau cuddiedig neu â siâp amlwg. • Dolur gwasgu. • Hypothermia. • Diffyg hylif. • Glanweithdra personol gwael. • Gor-gysglyd. • Cofnodion meddygol gwallus.
RHYWIOL	Unrhyw weithred rywiol na fu cydsyniad iddi. Gwadu mynegiant rhywiol neu wrthod diwallu anghenion o fewn terfynau derbyniol cymdeithas.	• Arwyddion corfforol - gwaedu, doluriau a heintiau. • Poen stumog. • Ymddygiad sydd tu hwnt i ddealltwriaeth unigolyn bregus. • Newid mewn ymddygiad. • Hunan anafu, mewnblyg/allblyg
SEICOLEGOL	Bygythiadau, bwlio, aflonyddu, bychanu, gwadu hawliau dynol, gwadu preifatrwydd. Gwadu parch ac urddas, peidio cynnwys yr unigolyn wrth wneud penderfyniadau, gor-amddiffyn, gwadu hawl i gymryd risg, cywilyddio, hiliaeth, eithrio, caethiwo. Defnydd amhriodol o gred. Camdrin geiriol, achosi rhywun i deimlo'n ddiwerth	• Aflonydd, anghyffyrddus, distaw yng nghwmni gofalydd. • Cwyno am fychanu. • Iselder. • Ofn gwneud penderfyniadau. • Newid patrwm bwyta a chysgu. • Dagreuol, teimlo bod y byd ar ben. • Gofalydd yn siarad yn amhriodol neu yn ddilornus
ARIANNOL NEU FATEROL	Dwyn, twyll, pwysau i newid ewyllys, camddefnydd o fudddaliadau.	• Methiant anesboniadwy i dalu biliau, codi pres o gyfrif yn ddireswm. • Anghysondeb rhwng asedau ac amodau byw • Amharod i dderbyn cymorth. • Pethau'n mynd ar goll e.e. gemwaith a thlysau. • Gofalwyr yn dangos diddordeb anarferol mewn arian ac asedau person bregus.
ESGEULUSTRA	Diffyg gofal gan gynnwys diffyg mynediad/cyfyngu ar fynediad i ofal iechyd. Methiant i ddarparu gofal, yn cynnwys gofal meddygol. Methu asesu risg. Methu gweinyddu meddyginiaeth. Methiant o ran maeth, gwres neu ofal personol.	• Glanweithdra personol gwael. • Unigrwydd ac iselder. • Diffyg maeth, doluriau gwasgu, dim digon neu ormod o feddyginiaethau. • Anarferol o flêr yr olwg. • Diffyg gofal sylfaenol. • Gosod mewn safle o risg yn fwriadol. • Diffyg gwres

CAMDRINIAETH SEFYDLIADOL((Llawlyfr tud 47 neu 53)

Mae camdriniaeth sefydliadol yn ddiffyg gofal a chynhaliaeth briodol sy'n deillio o ymarfer gwael ar draws y ddarpariaeth gofal.

Mae camdriniaeth sefydliadol yn cael lle i fagu pan fo dymuniadau a dyheadau unigolion yn cael eu haberthu i gynnal trefn sefydliad neu wasanaeth.

Gall gweithredu trefniadau, ymarfer, polisïau a chanllawiau yn haearnaidd gan ddarparwyr gofal gael effaith negyddol ar hawl unigolyn i barch, annibyniaeth, urddas a dewis.

Dangosyddion posib o gamdriniaeth sefydliadol:

- Staff heb hyfforddiant a goruchwyliaeth addas
- Diffyg rheolaeth sy'n tanseilio cydweithio, syniadau a datblygiadau newydd
- Gofal anhyblyg e.e. amser gwely penodol, amser toiled penodol i bawb
- Diffyg dillad a phethau personol
- Diffyg symbyliad a dewis o weithgareddau
- Diffyg dewis o ran addurn y sefydliad
- Diffyg dewis a chynllunio o ran bwydlenni
- Defnydd amhriodol o dechnegau meddygol
- Camddefnyddio pŵer a rheolaeth
- Diffyg parch ac urddas tuag at unigolion sydd angen gofal a chefnogaeth
- Diffyg cydnabyddiaeth i unigrywiaeth unigolyn o ran gwisg, daliadau,cred, maeth neu ddiwylliant

Diffinir oedolyn bregus/ agored i niwed fel

Rhywun 18 a throsodd:

- sy'n cael, neu sy'n wynebu risg o gael, ei gam-drin neu ei esgeuluso;
- y mae arno anghenion am ofal a chymorth (p'un a yw'r awdurdod yn diwallu unrhyw un neu rai o'r anghenion hynny ai peidio);
- nad yw'n gallu, o ganlyniad i hynny, amddiffyn ei hun rhag cael, neu'r risg o gael, ei gam-drin neu ei esgeuluso.

Deddf Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 Adran 26(1)

Ymateb cyntaf i bryder neu honiad o gam-driniaeth

Os bydd pryder bod plentyn, person ifanc neu oedolyn bregus 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, beth a ddywedwyd mewn ymateb, a disgrifiad o unrhyw weithgaredd. (Gallwch ddefnyddio Ffurflen Nodi Pryder- Ffurflen 11 yn adran 7 o'r llawlyfr neu ar lein panel.cymru. Cadwch unrhyw nodiadau mewn llawysgrifen hyd yn oed os byddant yn cael eu teipio'n ddiweddarach.

⇒ Disgrifiwch unrhyw anaf, ei faint a darlun o'i leoliad a'i siâp. Gwnewch gofnod ysgrifenedig ddyddiadau ac amseroedd y digwyddiadau hyn a phryd y gwnaed y cofnod.

⇒ Gwnewch gofnod ysgrifenedig o unrhyw gamau a gymerwyd.

⇒ Os oes gan eich eglwys cydlynydd diogelu[1]dylid rhoi'r nodiadau hyn iddynt i'w gynorthwyo petai angen cyfeirio'r mater i'r gwasanaethau cymdeithasol neu'r heddlu. Fel arall gweler 2) isod neu ewch yn syth at wasanaethau cymdeithasol.

2) Ceisiwch gyngor: Os nad oes cydlynydd diogelwch yn eich eglwys gysylltwch â swyddog diogelu y Panel Diogelu Cydenwadol (01745 817584) neu ysgrifennydd cyffredinol eich enwad. Gall thirtyone eight (0303 003 1111); NSPCC (0808 8005000) ac Hourglass—ar gyfer oedolion bregus (0808 808 8141) gynnig cyngor annibynnol ac mae ganddyn nhw gwefannau a gwasanaeth linell gymorth gyfrinachol.

3) Mewn achosion brys: Os bydd pryderon bod rhywun wedi'i anafu'n fwriadol neu mewn perygl o ddioddef 'niwed sylweddol' eu yn ofni dychwelyd adref, cysylltwch â'r gwasanaethau cymdeithasol neu'r heddlu ar unwaith.

⇒ Os oes angen gofal meddygol brys dylid ffonio am ambiwlans neu dylid eu cludo i'r ysbyty. Dylid hysbysu staff yr ysbyty am unrhyw bryderon ynghylch camdriniaeth.

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

5) Pryderon ynghylch gofal gwael gan rieni neu esgeulustod (plant)

Os bydd y pryderon yn ymwneud â gofal gwael gan 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 blant - eich gwasanaethau cymdeithasol lleol.

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 gwasanaethau cymdeithasol lleol heb ddatgelu manylion personol (megis enwau a chyfeiriadau) oni bai, wrth gwrs, y bydd gwasanaethau cymdeithasol yn rhoi cyfarwyddid i chi wneud.

[1]**DYLAI'R CYDLYNYDD DIOGELU ROI GWYBOD AM BOB DIGWYDDIAD I SWYDDFA'R PANEL**

Sut i ymateb i rywun sy'n datgelu cam-driniaeth

Gwnewch y dilynol:

⇒ Byddwch yn amyneddgar, gan ddangos cydymdeimlad.

⇒ Gwrandewch yn ofalus – cymerwch sylw ond peidiwch â holi ynghylch yr hyn a ddigwyddodd na phwyso arno i ddatgelu mwy o wybodaeth.

⇒ Dangoswch eich bod yn derbyn yr hyn mae'n ei ddweud drwy ailadrodd geiriau neu ymadroddion byr a ddefnyddiwyd ganddo

⇒ Dylech bwysleisio nad yw'r plentyn/oedolyn bregus ar fai.

⇒ Dylech sicrhau'r person 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 nhw mewn perygl difrifol neu ddybryd, cysylltwch â'r heddlu neu'r gwasanaethau cymdeithasol ar unwaith.

⇒ Os yw'n briodol, dweud wrth y person 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.

⇒ Cadwch nodiadau manwl cyn gynted â phosibl wedi'r datgeliad, eu dyddio a'u lofnodi. Glynwch at y ffeithiau a pheidiwch â mynegi eich barn. Gallai eich adroddiad / nodiadau yn gael eu defnyddio yn ddiweddarach mewn llys barn.

Ni Ddylech:

X 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".

X Fynegi eich sioc neu anghrediniaeth

X Ni ddylech, ar unrhyw gyfrif, ymchwilio i unrhyw amgylchiadau, honiadau na datgeliadau.

NID EICH LLE CHI NA'R EGLWYS YW PENDERFYNU A DDIGWYDDODD YR ACHOS O GAM-DRIN AI PEIDIO.

OS YDYCH YN ANSICR GOFYNNWCH AM GYNGOR.

Peidiwch â chymryd yn ganiataol y bydd rhywun arall yn cymryd y camau angenrheidiol

BETH NESAF…?

Mae'r sesiwn hyfforddi drosodd - ond mae diogelu'n parhau….

1. Ydych chi wedi gweithio trwy'r cwestiynau a'r gweithgareddau yn y llyfryn hwn? (Gallwch wneud hyn fel gweithgaredd unigolyn neu grŵp).

2. Profwch eich gwybodaeth trwy ystyried y cwestiynau a senarios-canlynol . (Gallwch wneud hyn fel gweithgaredd unigolyn neu grŵp)

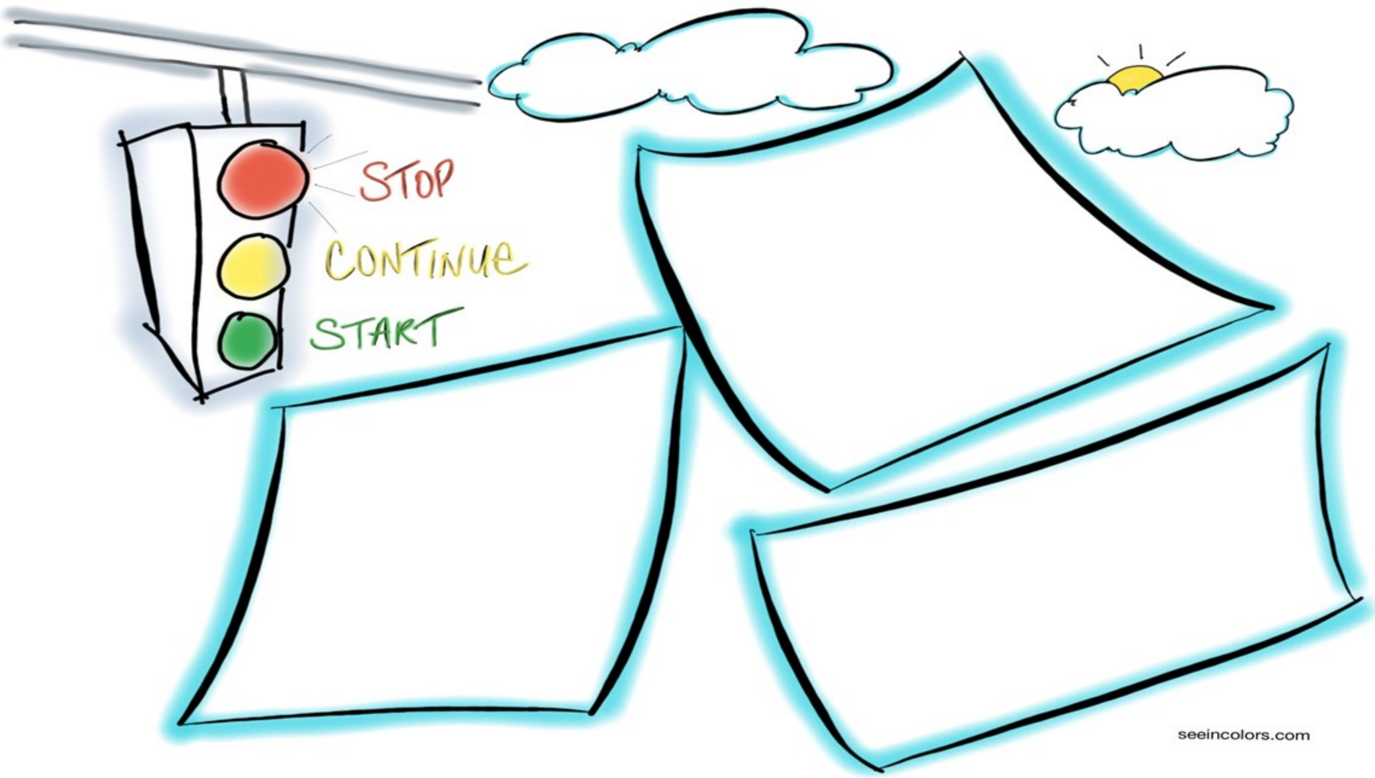
a. Yn ystod y Clwb Plant mae bachgen yn cwympo ac yn brifo'i goes yn wael. Sut fyddech chi'n delio â hyn? A oes gennych brosesau ar waith i ddelio â hyn?

b. Mae pobl newydd eisiau gwirfoddoli fel athrawon Ysgol Sul. Beth sydd angen digwydd cyn y gallant ddechrau gweithio?

c. Rydych chi'n sylwi bod menyw oedrannus rydych chi'n ymweld â hi mewn cartref gofal yn flêr ac yn fudr. Mae hi hefyd yn mewnblyg sy'n wahanol i'w hymddygiad arferol. Beth fyddech chi'n ei wneud?

3. Pa mor dda ydy eich eglwys yn diogelu grwpiau bregus? **Yr Eglwys Myw diogel– rhestr wirio diogelu** ar y dudalen nesaf yn gallu eich helpu chi i ystyried hyn..

Ar ol gwneud yr asesiad, gwnewch nodyn o'r hyn sydd ei angen **STOPIO BARHAU** NEU **DDECHRAU** gwneud yn lleol i wneud eich eglwys yn fwy diogel.



Mae gan arweinwyr rôl diogelu penodol ond hyd yn oed os nad ydych yn arwain gweithgaredd- cofiwch :

MAE DIOGELU YN FATER I BAWB

YR EGLWYS MWY DIOGEL– rhestr wirio diogelu

Gallwch ddod o hyd i'r rhestr wirio hon yn atodiad 10 yn y Llawlyfr Diogelu Grwpiau Bregus 2022
yn seiliedig ar y rhestr wirio diogelu rhyngweithiol gan Ymddiriedolaeth Ann Crafft: a ddefnyddir gyda chaniatâd
https://www.anncrafttrust.org/checklist-overview/

Diogelu

1. A yw pawb yn gwybod am bolisi a gweithdrefnau diogelu[i] eich eglwys a lle i gael hyd iddo?
2. Ydych chi o'r farn fod eich eglwys yn deall beth yw diogelu[ii] ?

Atal

3. Oes gennych chi gyd-lynydd diogelu? [iii]
4. A yw eich ymddiriedolwyr a'ch Arweinwyr yn ymwybodol o'u cyfrifoldebau diogelu? [iv]
5. Ydych chi'n dilyn y canllawiau recriwtio mwy diogel[v] – gan gynnwys gwiriadau DBS - wrth ganfod a chyflogi gwirfoddolwyr a staff?
6. Ydych chi'n hyderus bod arweinwyr, staff a gwirfoddolwyr eich eglwys yn gwybod am eu swyddogaethau a'u cyfrifoldebau diogelu? Ydyn nhw wedi derbyn yr hyfforddiant priodol ac, os yn berthnasol, hyfforddiant gloywi/atgoffa? [vi]
7. Ydyn nhw'n gwybod bod diogelu'n golygu gweithredu mewn modd ataliol a rhagweithiol? Ydych chi wedi ystyried pwy o gynulleidfa eich eglwys allai fod mewn perygl ac wedi cym-ryd camau priodol i'w diogelu?

Adnabod, adrodd a chofnodi

8. Ydych chi'n hyderus y byddai eich gwirfoddolwyr a staff yn adnabod ac yn ymateb yn briodol i amheuon, i gyhuddiadau, ac i ddatgeliadau o gamdriniaeth ac esgeulustod? Ydyn nhw'n cydnabod bod camdriniaeth yn rywbeth "allai ddigwydd yma"?
9. Ydych chi'n hyderus y byddai eich gwirfoddolwyr a staff hefyd yn adrodd ar arfer gwael yn ogystal â chamdriniaeth?
10. Lle cafodd pryderon eu hadnabod a'u hadrodd, allwch chi ddangos bod eich sefydliad wedi ymateb yn brydlon ac mewn modd priodol?
11. A yw pob mater neu bryder diogelu wedi ei adrodd i Swyddog Diogelu'r Panel?
12. A yw eich ymddiriedolwyr yn ymwybodol o'u cyfrifoldeb i adrodd ynghylch materion diog-elu i'r Comisiwn Elusennau?[iv]

Adolygu

13. Ydych chi'n adolygu eich trefniadau diogelu'n rheolaidd? (h.y. o leiaf yn flynyddol ac yn dilyn pob digwyddiad neu achos pryderus).
14. Ydych chi'n sicrhau bod gwersi'n cael eu dysgu a'u rhannu yn sgîl digwyddiad neu achos pryderus?
15. Os oes asesiadau risg ynglŷn â diogelu neu gytundebau ymddygiad gennych chi mewn lle, - ydych chi'n adolygu'r rhain yn yn unol â'r cytundebneu neu'n flynyddol?

Gweithredu

16. Gwnewch restr o bopeth sydd ag angen ei wneud yn sgîl eich asesiad gan nodi dyddiadau ar gyfer adolygu'r cynnydd.
17. Os hoffech chi drafod canlyniadau eich asesiad neu ofyn am gyngor ar unrhyw fater yn ymwneud â diogelu, cysylltwch â swyddog diogelu'r panel.

i) Y Llawlyfr Diogelu Grwpiau Bregus https://panel.cymru/cy/llawlyfr-diogelu-grwpiau
ii) Ydych chi wedi arddangos polisi eich eglwys ac ystyried cynnal gwasanaeth Sul Diogelu?
iii) Am fwy o fanylion gweler tudalen 3 o'r datganiad polisi diogleu yr eglwys unigol Polisïau (panel.cymru)
iv) Gweler atodiad 7 o ddiweddariad 2022 i'r Llawlyfr
v) Mae mwy o wybodaeth i'w chael yn Adran 2 o'r Llawlyfr neu o'n gwefan ar dudalen Recriwtio mwy Diogel (panel.cymru)
vi) Gweler tudalen hyfforddiant ein gwefan

Atodiad 1: ffynonellau gwybodaeth a chefnogaeth ychwanegol

LLINELLAU CYMORTH ARGYFWNG gweler hefyd: panel.cymru/cy/rhifau-cyswllt-argyfwng	
EICH GWASANAETHAU CYMDEITHASOL LLEOL Mae'r rhifau lleol i'w gweld ar wefan eich Cyngor lleol	Nodwch y rhifau perthnasol yma: Gwasanaethau Cymdeithasol i Blant: Gwasanaethau Cymdeithasoli Oedolion: Y tîm tu allan i oriau Gwaith:
HEDDLU	Galwadau argyfwng 999 Galwadau Cyffredinol 101
NSPCC www.nspcc.org.uk Am gyngor a chefnogaeth os ydych chi'n poeni am blentyn neu i adrodd pryder	0808 800 5000 Ebost: help@nspcc.org.uk www.nspcc.org.uk/keeping-children-safe/
CHILDLINE llinell gymorth gyfrinachol am ddim, 24/7 Sgwrsio ar-lein, e-bost a gwefan	0800 1111 https://www.childline.org.uk/
HOURGLASS (Action on Elder Abuse yn flaenorol)	Llinell gymorth 0808 808 8141 www.wearehourglass.cymru/wales

FFYNONELLAU CEFNOGAETH NEU WYBODAETH	
PANEL DIOGELU CYDENWADOL Rydym yma i gefnogi a chynghori'r "3 enwad" ynghylch materion diogelu: Hyfforddiant, polisi, hwyluso gwiriadau DBS cynnig cyngor ac ymdrin â phryderon a honiadau diogelu.	https://panel.cymru post@panel.cymru Uned 1, Vale Parc, Ystâd Ddiwydiannol Colomendy, Dinbych, LL16 5TA 01745 817584 / 07957 510346 (dim 24 awr)
THIRTY ONE: EIGHT (CCPAS yn flaenorol) Elusen gristnogol annibynnol sy'n cynnig cyngor, cefnogaeth, hyfforddiant ac adnoddau proffesiynol cynhwysfawr ar gyfer diogelu grwpiau bregus, ac i'r rhai sy'n dioddef oherwydd camdriniaeth.	https://thirtyoneeight.org PO Box 133, Swanley, Kent. BR8 7UQ 0303 003 1111 info@thirtyoneeight.org
KIDSCAPE Elusen Brydeinig wedi ei sefydlu'n benodol i atal bwlio. Cefnogaeth,cyngor a hyfforddiant. Llinell Gymorth ar gyfer rhieni sy'n bryderus ynghylch bwlio.	https://www.kidscape.org.uk/ 8-10 South Street Epsom Surrey KT18 7PF **Ebost:** parentsupport@kidscape.org.uk Llinell gymort 0207823 5430
AROLYGIAETH GOFAL CYMRU (AGC) Pan fydd AGC yn derbyn cwyn neu adroddiad am bryder ynghylch rhywun sy'n darparu gwasanaeth, byddant yn ymchwilio a yw'r darparwr yn rhoi gwasanaeth diogel, ac a ydyw'n cydymffurfio gyda gofynion ac amodau eu cofrestriad. Mae modd iddynt gynnal archwiliad, neu sicrhau bod yr hyn a achosodd y pryder yn cael ei archwilio adeg yr archwiliad swyddogol nesaf. Nid asiantaeth cwynion mo AGC, ac nid oes modd iddynt ymateb i gwynion ynghylch amgylchiadau unigol.	**Ffôn:** 0300 7900 126 **Ebost:** CIW@gov.wales **Ffacs:** 0872 437 7301 https://www.arolygiaethgofal.cymru

DIOGELU AR-LEIN	
CEOP Child Exploitation & Online Protection Centre diogelwch y Rhyngrwyd, Addysgu a chynghori Adrodd am ymddygiad amhriodol ar-lein	http://www.ceop.police.uk/safety-centre
CEOP EDUCATION oddi wrth yr Asiantaeth Troseddu Cenedlaethol(NCA): gweithio i amddiffyn plant a phobl ifanc rhag cam-driniaeth	https://www.thinkuknow.co.uk/
CHILDNET Elusen yn y DU sy'n grymuso plant, pobl ifanc a'r rhai sy'n eu cefnogi yn eu bywydau ar-lein	https://www.childnet.com/
CEFNOGAETH AR GYFER DIODDEFWYR A'R RHAI SYDD WEDI GORESGYN CAMDRINIAETH	
The Survivors Trust Asiantaeth warchodol ar gyfer mwy nag 135 o asiantaethau arbenigol yn y sector wirfoddol sy'n darparu ystod o wasanaethau cynghori, therapi a chefnogi. Mae hyn ar gyfer merched, dynion a phlant sydd wedi dioddef neu oresgyn trais neu gamdriniaeth rhywiol.	www.thesurvivorstrust.org/ Unit 2, Eastlands Court Business Centre, St Peter's Road, Rugby, Warwickshire. CV21 3QP Ffôn: 01788 550554 Ebost: info@thesurvivorstrust.org
MACSAS (Ministry and Clergy Sexual Abuse Survivors) Grŵp sy'n cefnogi oedolion â chefndir Cristnogol a gafodd eu camdrin yn rhywiol gan weinidogion neu swyddogion eglwysig eraill pan yn blant neu'n oedolion. Maent yn cefnogi'r rhai sydd wedi aros yn eu cymunedau Cristnogol, a'r rhai a adawodd.	http://www.macsas.org.uk/ llinell gymorth rhan amser: 0808 801 0340
NAPAC – National Association for People Abused in Childhood Corff sy'n ymgyrchu a chefnogi.	Gwefan adnoddau: https://napac.org.uk/ Llinell gwybodaeth Am Ddim: 0800 085 3330
TRINIAETH A CHEFNOGAETH I DROSEDDWYR (gweler hefyd Adran 5.4)	
The Lucy Faithfull Foundation (LFF) Elusen ar gyfer diogleu plant, sy'n gweithioledled Prydain Fawr, yn canolbwyntio ar leihau'r perygl y bydd plant yn cael eu camdrin yn rhwyiol. Maent yn gweithio gyda theuluoedd cyfan sydd wedi cael eu heffeithio gan gam-drin rhywiol gan gynnwys: oedolion sy'n cam -drin yn rhywiol; pobl ifanc ag ymddygiadau rhywiol amhriodol; dioddefwyr camdriniaeth ac aelodau eraill o'r teulu.	Am wybodaeth ynghylch cyfeirio, hyfforddiant neu ymgynghoriaeth www.lucyfaithfull.org.uk/about.html Ebost: contact@lucyfaithfull.org 2 Birch House, Harris Business Park Hanbury Road, Stoke Prior, Bromsgrove B60 4DJ Ffôn: 01527 591922 Ffacs: 01527 591924
Stop it Now! Llinell Gymorth sy'n galluogi'r rhai sy'n bryderus ynghylch unrhyw agwedd ar gamdrin plant yn rhywiol i drafod yn gyfrinachol. Ar gyfer y rhai sy'n gweithio yn y maes, teuluoedd a throseddwyr neu unigolion sy'n poeni am eu hymddygiad neu meddyliau eu hunain	https://www.stopitnow.org.uk/ 0808 1000 900 help@stopitnow.org.uk
LLINELLAU CYMORTH CAMDRIN DOMESTIG	
BYW HEB OFN: llinell cymorth 24 awr galw / tecstio/ sgwrsio byw/ ebost am ddim	0808 8010 800 Testun: 07860077333 Ebost: gwybodaeth@llinellgymorthbywhebofn.cymru https:://llyw.cymru/byw-heb-ofn/cam-drin-domestig-yng-nghymru
UK 24-HOUR NATIONAL DOMESTIC ABUSE HELPLINE	0808 2000 247 www.nationaldahelpline.org.uk

NODIADAU

Sut i ymateb i bryder

Os ydych yn CLYWED, GWELD neu AMAU bod PLENTYN, PERSON IFANC neu OEDOLYN BREGUS wedi dioddef, neu mewn perygl o ddioddef CAMDRINIAETH, ESGEULUSTOD neu NIWED

GWNEWCH NODIADAU MANWL
o'r hyn a ddywedwyd, neu yr hyn a welsoch neu'r hyn rydych yn ei amau

999

Os bydd rhywun mewn PERYGL DYBRYD:
Cysylltwch â'r heddlu neu'r tîm gwasanaethau cymdeithasol ar ddyletswydd heb oedi

POB PRYDER ARALL
CEISIWCH GYNGOR

SWYDDOG DIOGELU Y PANEL: **07957510346**
Am gyngor tu allan i oriau swyddfa:
THIRTYONE:EIGHT : **0303 003 1111**

Neu ewch i'n gwefan am fwy o ffynnonellau cymorth
https://panel.cymru/cy/cyngor-a-chefnogaeth

cyngor

Os ydych yn amau — ffoniwch am gyngor
Peidiwch â chymryd yn ganiataol y bydd rhywun arall yn gweithredu neu bod y sefyllfa ddim digon difrifol i weithredu.
Nid rôl chi na'r eglwys ydy penderfynu a yw camdriniaeth wedi digwydd

Ym mhob achos gadewch i'r Panel Diogelu Cydenwadol wybod am y sefyllfa a'r camau rydych wedi'u cymryd