

## Atodiad 1: ffynonellau gwybodaeth a chefnogaeth ychwanegol

**LLINELLAU CYMORTH ARGYFWNG** gweler hefyd: [panel.cymru/cy/rhifau-cyswllt-argyfwng](http://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](http://www.nspcc.org.uk)

Am gyngor a chefnogaeth os ydych chi'n poeni am blentyn neu i adrodd pryder

0808 800 5000  
Ebst: [help@nspcc.org.uk](mailto:help@nspcc.org.uk)  
[www.nspcc.org.uk/keeping-children-safe/](http://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/>

### HOURLASS

(Action on Elder Abuse yn flaenorol)

Llinell gymorth 0808 808 8141  
[www.wearehourglass.cymru/wales](http://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](mailto: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](mailto: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  
**Ebst:** [parentsupport@kidscape.org.uk](mailto:parentsupport@kidscape.org.uk)  
Llinell gymorth 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 cofrestrriad. 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  
**Ebst:** [CIW@gov.wales](mailto:CIW@gov.wales)  
**Ffacs:** 0872 437 7301  
<https://www.arolygiaethgofal.cymru>

## DIOGELU AR-LEIN

**CEOP Child Exploitation & Online Protection Centre**  
diogelwch y Rhyngwyd, Addysgu a chynghori  
Adrodd am ymddygiad amhriodol ar-lein

<http://www.ceop.police.uk/safety-centre>

**CEOP EDUCATION oddi wrth yr Asiantaeth Troseddau 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/](http://www.thesurvivorstrust.org/)  
Unit 2, Eastlands Court Business Centre, St Peter's Road, Rugby, Warwickshire. CV21 3QP  
Ffôn: 01788 550554  
Ebo: [info@thesurvivorstrust.org](mailto:info@thesurvivorstrust.org)

### MACSAS (Ministry and Clergy Sexual Abuse Survivors)

Grŵp sy'n cefnogi oedolion â chefnidir 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 rhywiol. 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](http://www.lucyfaithfull.org.uk/about.html)  
Ebo: [contact@lucyfaithfull.org](mailto: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](mailto:help@stopitnow.org.uk)

## LLINELLAU CYMORTH CAMDRIN DOMESTIG

**BYW HEB OFN:** llinell cymorth 24 awr galw / tecstio/ sgwrsio byw/ ebo: am ddim

0808 8010 800 Testun: 07860077333  
Ebo: [gywbodaeth@llinellgymorthbywhebofn.cymru](mailto:gywbodaeth@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](http://www.nationaldahelpline.org.uk)