HOMELESSNESS DOESN'T ALWAYS LIVE ON THE STREETS.

#HiddenHomelessness

Llamau Shelter Cymru

NID YW POBL DDIGARTREF WASTAD YN BYW AR Y STRYD.

#DigartrefeddCudd

Llamau Shelter Cymru

Does dim rhaid i chi fod yn cysgu ar y stryd i fod yn ddigartref.

Gallai gynnwys cysgu ar soffa ffrind neu aelod o'r teulu, aros rhywle dros dro fel hostel neu wely a brecwast, byw mewn amodau gwael iawn neu rywle nad yw'n addas ar gyfer unigolyn neu deulu.

Nid yw llawer o'r bobl ifanc hyn yn sylweddoli eu bod nhw'n ddigartref a'u bod nhw mewn gwirionedd yn wynebu'r hyn a gaiff ei alw'n 'ddigartrefedd cudd'. Y llynedd, daeth mwy na 3,000 o bobl ifanc Cymru yn ddigartref a oedd yn gorfod defnyddio gwasanaethau'r cyngor ar gyfer pobl ddigartref, tra bod llawer o rai eraill yn cysgu ar soffas a lloriau ffrindiau. Mae hyn yn cael ei alw'n ddigartrefedd cudd, ac mae'n anodd sylwi arno.

Rydym ni eisiau i bobl wybod beth yw arwyddion digartrefedd cudd, boed hynny'n golygu eich bod chi'n eu hadnabod nhw ynoch chi eich hun, neu'n sylwi arnynt ym mhobl eraill fel eich bod chi'n gallu eu hannog nhw i gael cymorth.

Gwybod beth yw'r arwyddion:

Aros gyda ffrind
Mae llawer o bobl ifanc yn aros gyda ffrindiau, aelodau'r teulu neu bobl y maent yn eu hadnabod gan nad oes ganddyn nhw unrhyw le arall i fynd, sy'n aml yn cael ei ddisgrifio fel 'syrffio soffa'.

Perthynas yn chwalu
Gall hyn amrywio o drafferthion teuluol i berthynas cwpl yn chwalu. Mae'r problemau hyn yn ymwneud â pherthynas yn gallu bod yn sbardun sydyn i rywun fod mewn perygl o fod yn ddigartref ac mae'n gallu cyd-fynd â thrais.

Iechyd
Mae problemau iechyd meddwl a chorfforol yn gallu gwneud rhywun ynagored i ddigartrefedd.

Arian
Mae bod â thrafferthion ariannol yn gallu bod yn un o'r arwyddion cyntaf bod rhywun mewn trafferth.

Profedigaeth yn y teulu
Gall hwn hefyd wneud person yn agored i ddigartrefedd.

Aros yn hwyr
Yn y gwaith, mewn caffi, yn yr ysgol, yn y coleg, yn y brifysgol...efallai nad oes gan rywun sy'n ymddangos nad yw byth yn mynd adref rywle i fynd iddo.

Cam-fanteisio
Mae pobl ifanc sy'n wynebu digartrefedd cudd mewn perygl o gael eu cam-fanteisio gan eraill. Efallai y byddan nhw'n cael eu rhoi dan bwysau i gael rhyw yn gyfnewid am le i aros.

Mae Shelter Cymru yma i'ch helpu chi. Nid yw hi byth yn rhy hwyr nac yn rhy gynnar i gael help.

08000 495495

sheltercymru.org.uk/cy/digartrefeddcudd

Lawrlwythwch ein App Cymorth Tai rhad ac am ddim i'w ddefnyddio pan nad oes gennych chi Wi-Fi

You don't have to be sleeping on the streets to be homeless.

It might be sleeping on the sofa of a friend or family member, staying somewhere temporarily like a hostel or bed & breakfast, living in very poor conditions or somewhere that's not suitable for an individual or a family.

Many young people in these situations don't realise that they are homeless and are actually experiencing what's known as 'hidden homelessness' which is hard to spot. Last year more than 3,000 young people in Wales became homeless and had to use council homelessness services, while an unknown number were sleeping on sofas and friends' floors.

We want people to know the signs of hidden homelessness, whether that's recognising them in yourself, or spotting them in others so that you can encourage them to reach out for support.

Spot the signs:

Staying at a friend's
Many young people stay with friends, family members or acquaintances because they don't have anywhere else to live, which can often be described as 'sofa surfing'.

Relationship breakdown
This can often be a very sudden trigger for someone and make them at risk of becoming homeless. This can often correspond with violence.

Health
Issues with mental and physical health can make someone vulnerable to homelessness.

Finances
Struggling with finances can be one of the first signs that someone is in trouble.

Family bereavement
Can make a person vulnerable to homelessness.

Staying late
At work, at a café, at school, at college at university... someone who seems to never go home may have nowhere to go.

Exploitation
Young people experiencing hidden homelessness are at risk of being exploited by others. They might be pressurised into a sex for rent arrangement in exchange for a place to stay.

Call our free housing advice helpline now. It's never too late or too early to get help.

08000 495495

sheltercymru.org.uk/hiddenhomelessness

Download our free Housing Help App that you can use when you don't have Wi-Fi