Cymryd Rhan | Cadw'n Ddiogel

Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Yng Nghymru, mae llawer o weithgareddau i bobl eu mwynhau.

Gweithgareddau i wneud y canlynol:

Dod yn heini — clybiau chwaraeon, clybiau nofio, grwpiau dringo, clybiau pêl-droed.

Cysylltu — grwpiau celf, corau, grwpiau darllen, grwpiau crefft, grwpiau ffydd.

Dysgu — gwersi cerddoriaeth, grwpiau Cymraeg, cyrsiau crochenwaith, dosbarthiadau dawns a drama.

Cael cymorth — grwpiau gofalwyr, grwpiau oedrannus, grwpiau mamau a phlant bach, clybiau ieuenctid.

Mae Llywodraeth Cymru am i bob gweithgaredd fod yn ddiogel, ni waeth pwy sy'n eu rhedeg. Rydym am i bawb ddeall beth mae **diogelu** yn ei olygu a'r gwahaniaeth mae'n ei wneud.

Mae diogelu yn golygu:

- **cadw pobl yn ddiogel rhag cael eu cam-drin, eu hesgeuluso neu eu niweidio**
- **gwybod beth i'w wneud os ydych chi'n meddwl bod rhywun mewn perygl.**

Mae gwybod beth i'w wneud, pryd i'w wneud a sut i'w wneud, yn gwneud gwahaniaeth gwirioneddol i fywydau pobl.

Gofynnwch rai cwestiynau cyn i chi neu rywun rydych chi'n ei adnabod ddechrau gweithgaredd!

- **A gaf fi weld eich Polisi Diogelu?**
- **Ydy'r holl staff wedi cael gwiriad yr Heddlu?**
- **Gyda phwy y gallaf fi siarad os ydw i'n poeni am rywbeth neu rywun?**
- **Ydy staff wedi'u hyfforddi yn y ffyrdd cywir?**
- **Beth sy'n digwydd os bydd damwain?**

Mae diogelu yn fater i bawb.

Sganiwch i ddarllen ein **Cod Ymarfer Diogelu ar gyfer Gweithgareddau**