

Darparu help a chyngor 24/7 ar
drais yn erbyn menywod, cam-drin
domestig a thrais rhywiol.



Byw Heb Ofn

Asedau Cymdeithasol



0808

80 10 800

Mae llinell gymorth
Byw Heb Ofn ar agor 24 awr y dydd, bob dydd, am gefnogaeth a chyngor.



Gall cam-drin ddigwydd i unrhyw un ar unrhyw oedran.

Os wyt ti'n poeni am rywun, paid oedi. Cysyllta â Byw Heb Ofn am gyngor cyfrinachol.

0808 80 10 800

0786 007 7333

Gwybodaeth@llinellgymorthbywhebofn.cymru

llyw.cymru/unrhywoedran



0808

80 10 800

Mae llinell gymorth
Byw Heb Ofn ar agor 24 awr y dydd, bob dydd, am gefnogaeth a chyngor.



Gall cam-drin ddigwydd i unrhyw un ar unrhyw oedran.

Os wyt ti'n poeni am rywun, paid oedi. Cysyllta â Byw Heb Ofn am gyngor cyfrinachol.

0808 80 10 800

0786 007 7333

Gwybodaeth@llinellgymorthbywhebofn.cymru

llyw.cymru/unrhywoedran

Copi capsiwn cysylltiedig

Opsiwn 1

Mae Byw Heb Ofn yn cynnig cefnogaeth a chyingor 24/7 am ddim i bob goroeswr cam-drin rhywiol neu drais domestig. Pan fyddi'n barod i siarad â rhywun, mae Byw Heb Ofn yma i wrando.

Opsiwn 2

Efallai nad oes gen ti'r geiriau er mwyn esbonio yr hyn rwyt ti wedi'i brofi, mae cefnogaeth ar gael gan Byw Heb Ofn, unrhyw adeg o'r dydd.

Opsiwn 3

Os yn poeni bod ffrind, cydweithiwr neu rywun annwyl yn profi cam-drin, gall Byw Heb Ofn helpu ar 0808 8010 800.

I archebu sesiwn codi ymwybyddiaeth Byw Heb
Ofn, a darganfod beth allwn ni ei gynnig i'ch
sefydliad, anfonwch e-bost at:
gwybodaeth@llynellgymorthbywhebofn.cymru

