

# Canllaw i bobl ifanc ar CADW’N DDIOGEL...



[www.newport.gov.uk](http://www.newport.gov.uk)

Bydd y canllaw hwn yn rhoi **cyngor**  
a **gwybodaeth** ar grantiau sydd ar  
gael i helpu i ddodrefnu eich cartref.



**NEWPORT**  
CITY COUNCIL  
CYNGOR DINAS  
**CASNEWYDD**

## CANLLAW I BOBL IFANC AR GADW ARIAN, EIDDO A FI FY HUN YN DDIOGEL...

Bydd y canllaw hwn y rhoi awgrymiadau i chi a gwybodaeth ategol er mwyn sicrhau eich bod yn cadw eich hun, eich eiddo a'ch arian yn ddiogel trwy archwilio'r prif risgiau a sut i'w hosgoi.



# CADW’N DDIOGEL GARTREF...

Mae eich cartref yn eiddo i chi, mae’r holl eitemau rydych chi wedi eu prynu neu a gafodd eu rhoi i chi yn eiddo i chi hefyd. Yr unig bobl a ddylai fod yn ymweld â’ch cartref yw bobl rydych chi wedi’u gwahodd ac yn ymddiried ynddynt a phobl broffesiynol sydd wedi trefnu apwyntiadau ymlaen llaw i ymweld â chi.

## Diogelwch

- **Meddyliwch am bwy rydych yn ei wahodd i mewn i’ch cartref**
- **Byddwch yn ofalus os byddwch yn cynnal parti, sicrhewch mai dim ond pobl rydych chi wedi’u gwahodd yn dod iddo**
- **Os bydd ar rywun o gwmni band eang angen dod i mewn i’ch cartref, gwnewch yn siŵr eich bod yn gwirio ei ddeunydd adnabod.**
- **Peidiwch byth â rhoi eich manylion banc i rywun sy’n eich ffonio. Ni fydd eich banc byth yn gofyn am eich PIN neu gwybodaeth diogelwch banc**
- **Rhwygwch dderbynebaw neu lythyrau gyda’ch cyfeiriad neu fanylion eich cerdyn arnynt.**

## Defnyddiwch y gwasanaeth tân

Gallwch ofyn eich gwasanaeth tân lleol i ddod a gwirio bod eich eiddo’n ddiogel rhag tân. Gallant roi syniadau a chynghor i chi os nad yw’n ddiogel. Bydd hyn yn cynnwys carbon monocsid a sut i sylwi a oes carbon monocsid yn gollwng.

Os ydych yn denant dylai fod gan eich landlord asiantaeth wedi gosod cyfarpar rheoleiddio. Ond nid oes drwg mewn gwirio! Gallwch ddod o hyd i fwy o wybodaeth ar eu gwefan [www.southwales-fire.gov.uk](http://www.southwales-fire.gov.uk)

Os ydych chi’n teimlo’n anniogel neu os oes gennych broblem yn eich cartref eich hun gallwch gysylltu ag un neu fwy o’r canlynol:

- **Ffrind neu aelod o’r teulu rydych yn ymddiried ynddo a allai ddod i’ch tŷ i’ch cefnogi**
- **Eich cynghorydd personol i drafod eich pryderon**
- **Eich landlord neu eich cynrychiolydd tai**



[www.newport.gov.uk](http://www.newport.gov.uk)

- **Yr Heddlu (heb fod yn argyfwng) ar 101**
- **Gwasanaethau Brys (Ambiwylansys, Heddlu a Tân) ar 999**
- **Os byddwch yn aroglî tân ffoniwch 0800 111 999**
- **Os nad oes gennych ddŵr ffoniwch 0800 052 0130**

Gallwch hefyd ddod i adnabod eich Swyddogion Cymorth Cymunedol yr Heddlu lleol.

Ewch i [www.gwent.police.uk/en/join-us/community-support-officers](http://www.gwent.police.uk/en/join-us/community-support-officers)

### **Syniadau Defnyddiol:**

- **Cyn gadael eich cartref, gwiriwch eich bod wedi cloi pob ffenestr a drws.**
- **Gwiriwch eich bod wedi diffodd unrhyw wresogyddion neu offer nwy.**
- **Os byddwch chi allan pan fydd yn dywyll, gallech chi adael un neu ddau o oleuadau ymlaen yn eich cartref (byddai angen i cchi weld sut mae hyn yn effeithio ar eich mesuryddion os byddwch yn talu eich biliau gan ddefnyddio'r dull hwn)**

## **CADW EICH ARIAN YN DDIOGEL...**

### **Galwyr digroeso**

Mae galwyr digroeso yn dod at eich drws i geisio gwerthu pethau i chi, eich cael i gofrestru am bethau ayyb ac efallai y byddant yn gofyn yn barhaus.

### **Cynlluniau 'arian hawdd'**

Byddwch yn ymwybodol o sgamiau lle gofynnir i chi ddal arian yn eich cyfrif ar gyfer rhywun arall.

Gellir hysbysebu hyn fel swydd ar gyfryngau cymdeithasol gyda theitlau megis- 'asiantau trosglwyddo arian', 'proseswyr lleol' neu gellir ei hysbysebu fel benthyciad 'hawdd'.

Pan ddaw'r arian i mewn i'ch cyfrif gofynnir i chi drosglwyddo arian i berson arall ond caniateir i chi gadw swm bach drosoch eich hun. Mae hyn yn ffordd i droseddwyr 'lanhau' arian sy'n deillio o weithgarwch troseddol a byddwch chi

yn dod yn ful arian ac yn cyflawni gweithred droseddol a allai arwain at gyfnod yn y garchar yn ogystal â methu gallu cael cyfrif banc neu fenthyg arian yn y dyfodol.

### **Benthycwyr arian didrwydded**

Gallai benthycwr arian didrwydded yn rhywun rydych chi'n ei adnabod o'r gymdogaeth. Gall hyd yn oed fod yn 'ffrind'.

Byddant yn treulio amser yn meithrin eich ymddiriedaeth cyn benthycu arian i chi ond ni fyddant yn rhoi unrhyw waith papur i chi ac efallai y byddant yn gofyn am rywbeth fel eich pasbort fel 'diogelwch'. Efallai y byddant yn defnyddio trais i gael arian yn ôl. I gael cyngor ar osgoi benthycwyr arian didrwydded ewch i [www.moneyadvice.service.org.uk/loans](http://www.moneyadvice.service.org.uk/loans)

## **CADW'N DDIOGEL AR-LEIN...**

Gan ein bod yn byw ein bywydau fwyfwy ar-lein, mae'n bwysig ein bod yn meddwl am gadw ein hunain yn ddiogel.

Sicrhewch eich bod yn gosod cyfrinair neu PIN i ddatgloi eich ffôn. Os byddwch yn ei golli mae lefel ychwanegol o ddiogelwch i rwystro pob rhag edrych ar eich gwybodaeth.

### **Diogelwch ar-lein cyffredinol**

- **Gwiriwch eich gosodiadau diogelwch ar y cyfryngau cymdeithasol.**
- **Sicrhewch eich bod ond yn datgelu'r hyn rydych am ei ddatgelu h.y. gosod eich postïadau i ffrindiau yn unig.**
- **A yw pobl rydych yn siarad â nhw ar-lein yn bwy maent yn dweud eu bod nhw mewn gwirionedd?**
- **Peidiwch â gwneud unrhyw beth ar-lein nad ydych yn teimlo'n gyfforddus yn ei gylch, e.e. anfon lluniau tra phersonol i bobl.**
- **Defnyddiwch gyfrineiriau gwahanol ar gyfer pob cyfrif a ddefnyddiwch.**
- **Defnyddiwch gyfrineiriau cymhleth nid cyfrinair I23.**



[www.newport.gov.uk](http://www.newport.gov.uk)

## Siopa ar-lein

Os byddwch yn dewis gwneud unrhyw siopa ar-lein, sicrhewch eich bod yn defnyddio safle diogel. Bydd gan safle glo clap yn y bar cyfeiriad. Byddwch yn ofalus gyda chynigion sy'n edrych yn rhy dda ar farchnadleoedd ar-lein. A ydych chi'n prynu'r hyn rydych yn ei feddwl?

## Gwe-rwydo

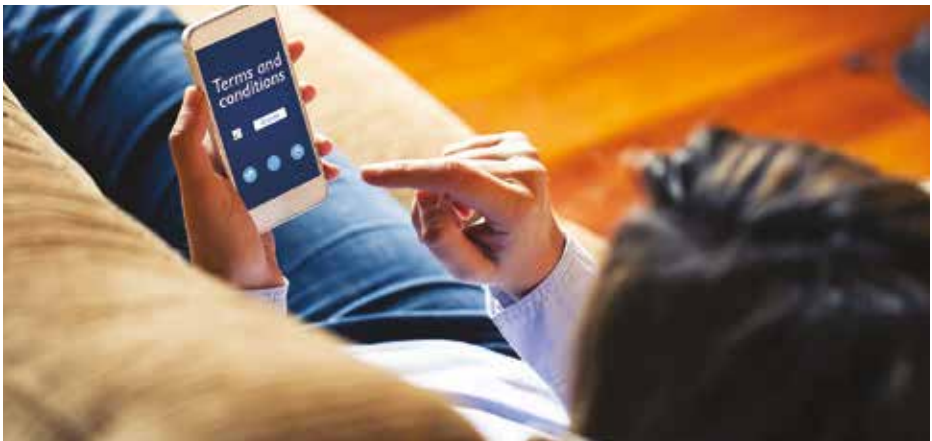
Mae hwn yn derm a ddefnyddir i ddisgrifio e-byst a anfonir atoch gan dwyllwyr yn gofyn a fanylion banc neu wybodaeth bersonol fel cyfrineiriau. Wedyn byddant yn defnyddio'r wybodaeth honno i brynu pethau, cael cardiau credyd ayyb.

Ni fydd eich banc byth yn gofyn i chi anfon manylion banc trwy e-bost ac ni fyddant yn gofyn i chi glicio ar ddolen oherwydd bod eich cyfrif wedi'i 'beryglu'. Bydd rhai e-byst yn cael eu gwneud i edrych yn real iawn fodd bynnag, gwiriwch y cyfeiriad e-bost o ble y cafodd ei anfon. Er enghraifft bydd gan e-bost gan Barclays [@Barclays.co.uk](https://www.barclays.co.uk) ar y diwedd.

## Chwarae gemau ar-lein

Isod ceir rhai awgrymiadau defnyddiol er mwyn cadw'n ddiogel wrth chwarae gemau ar-lein:

- **Peidiwch â defnyddio eich enw go iawn ar gyfrifon chwarae gemau.**
- **Byddwch yn ofalus am ba wybodaeth bersonol rydych yn ei rhoi wrth i chi chwarae mewn cymuned fawr ar-lein.**
- **Gwylwch am sgamiau wrth brynu pecynnau gemau.**



## DEFNYDDIO'R CYFRYNGAU YN AMHRIODOL...

Mae camfanteisio ar blant ac oedolion ar gynydd. Mae hyn yn cynnwys rhannu lluniau amhriodol neu fideos ohonoch chi eich hun neu gael lluniau neu fideos o rywun arall wedi'u hanfon atoch trwy'r cyfryngau gan gynnwys eich ffôn eich hun.

Gofynnir i lawer o bobl, boed yn agored i niwed neu beidio, anfon lluniau ohonynt eu hunain i bobl maent yn ymddiried ynddynt hyd yn oed os nad ydynt yn teimlo'n gyfforddus yn gwneud hynny. Er na fydd hyn o bosibl yn niweidiol os byddwch mewn perthynas gyda pherson, mae angen i chi feddwl sut y gallai ddefnyddio'r llun neu'r fideo honno pan fydd gydag ef neu hi - yn enwedig os byddwch yn dod â'r berthynas i ben unrhyw bryd.

Bu achosion o bobl enwog yn cael eu lluniau preifat ac amhriodol wedi'u datgelu i'r papurau newydd gan eu cyn-bartneriaid. A fydddech chi am i'ch llun gael ei rannu gyda phobl?

Mae eich corff hefyd yn eiddo i chi ac os na fyddwch chi'n ymddiried neu'n adnabod y person sy'n gofyn i chi anfon rhywbeth, peidiwch â'i anfon.

Mae hefyd yn ddoeth ei adrodd i'r Heddlu ar 101 a hefyd i'ch cynghorydd personol. Gallant atal hyn rhag ddigwydd eto a'ch cefnogi os byddwch yn teimlo'n ddiogel.

Mae'r NSPCC yn cynnig cyngor a gwybodaeth am gamfanteisio ar eu gwefan - [www.nspcc.org.uk](http://www.nspcc.org.uk) Mae'n bosibl y byddwch chi eisiau rhannu hyn gyda ffrind, aelod o'r teulu neu eich cynghorydd personol oherwydd y gall fod yn bwnc sy'n peri gofid.

## Y CYFRYNGAU CYMDEITHASOL...

Mae'n bwysig meddwl am ba wybodaeth sydd ar gael ar eich cyfrifon ar y cyfryngau cymdeithasol a beth mae pobl yn gallu ei weld a beth sy'n breifat i chi yn unig ac efallai i'ch ffrindiau.



[www.newport.gov.uk](http://www.newport.gov.uk)

*Er enghraifft:*

- Eich dyddiad geni
- Lluniau o'ch cartref
- Eich cyfeiriad
- Eich enw llawn
- Postiadau sy'n dangos pryd nad ydych gartref

*Gwiriwch y gosodiadau preifatrwydd ar eich cyfrif:*

- Ydych chi'n postio i'r cyhoedd neu i ffrindiau yn unig?
- Ewch trwy eich rhestr o ffrindiau a dileu'r rhai nad ydych yn siarad â nhw bellach.
- Gwiriwch eich gosodiadau preifatrwydd ar bob cyfrif cyfryngau cymdeithasol

### **Cynnwys niweidiol**

Os ydych wedi gweld cynnwys niweidiol amdanoch chi neu am berson arall fel bygythiadau, bwlio, sylw rhywiol digroeso, adroddwch amdano. I gael rhagor o wybodaeth ewch i [www.reportharmfulcontent.com](http://www.reportharmfulcontent.com)

### **Syniadau defnyddiol:**

- Ni ddylech byth gyhoeddi ar y cyfryngau cymdeithasol eich bod yn mynd ar eich gwyliau oherwydd y gallai hyn wneud eich cartref yn agored i dorri i mewn iddo, gallech aros nes eich bod wedi cyrraedd gartref i'w rannu bryd hynny, gyda lluniau.
- Os byddwch yn mynd ar wyliau, gall fod yn ddefnyddiol gofyn i rywun rydych yn ymddiried ynddo bigo draw i agor/cau ffenestri a chasglu'r post ger y drws er mwyn gwneud i'r tŷ edrych fel bod rhywun gartref.
- Os ydych yn credu bod rhywun yn defnyddio eich data y dwyllodrus gallwch gysylltu â'ch swyddfa cyngor ar bopeth lleol.

## **GWEFANNAU DEFNYDDIOL...**

[www.actionfraud.police.uk](http://www.actionfraud.police.uk)

[www.citizensadvice.org.uk](http://www.citizensadvice.org.uk)

[www.victimsupport.org.uk/crime-info/types-crime/fraud](http://www.victimsupport.org.uk/crime-info/types-crime/fraud)