

Help i chi gan Ysgol Bro Plenydd



Os oes rhywun yn eich brifo chi neu'ch ffrindiau, mae pobl ar gael i'ch helpu ac i stopio pobl rhag eich brifo neu wneud ichi deimlo'n ofnus.

Dylech ddweud wrth bobl yr ydych yn ymddiried ynddynt (trystio)

- gallwch ddweud wrth athro, athrawes neu gymhorthydd yn yr ysgol, eich rhieni neu bobl sy'n gofalu amdanoch, nain a taid neu aelodau eraill o'ch teulu, neu gallwch ddweud wrth ffrind
- gadewch i bobl helpu i wneud pethau'n well drwy stopio'r rhywun rhag eich brifo chi neu eich ffrindiau. Y person yn Ysgol Bro Plenydd sydd â chyfrifoldeb arbennig dros eich helpu chi os oes rhywun yn eich brifo chi neu eich ffrindiau yw Mrs Hughes. Ond gallwch siarad efo unrhyw aelod arall o staff hefyd.

Os nad ydych yn gallu siarad ag unrhyw un o'r rhain, gallwch siarad ar y ffon efo rhywun yn Childline. Bydd ganddyn nhw rywun a fydd yn fodlon gwrando.

Efallai y byddent yn ateb yn Saesneg ond cewch ofyn:

"Can I speak in Welsh with someone please?"



www.childline.org.uk

Childline

Llinell gymorth am ddim 24-awr
Ni fydd yr alwad ar eich bil ffôn

0800 11 11