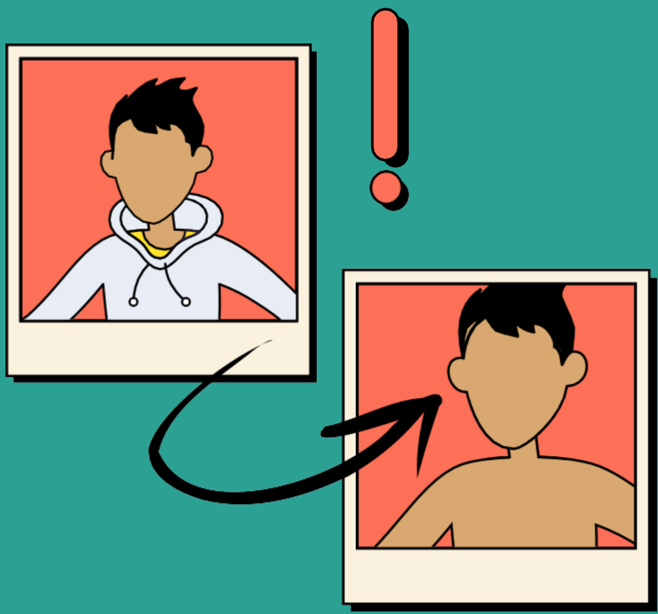
MEHEFIN 2026

Delweddau cam-drin plant yn rhywiol a grëir gan ddeallusrwydd artiffisial



Canllaw hanfodol i rieni a gofalwyr

NCA National Crime Agency

CEOP Education from the National Crime Agency

IWF Internet Watch Foundation

Working together to stop child sexual abuse online

Pam mae'r canllaw hwn yn bwysig

Mae deallusrwydd artiffisial (AI) yn dod yn rhan o fywyd bob dydd. Er bod ganddo lawer o fanteision, gellir ei gamddefnyddio hefyd – gan gynnwys gan y rhai sy'n ei ddefnyddio i greu, trin a rhannu delweddau a fideos noeth, hanner noeth neu rywiol o blant. Mae hwn yn ddeunydd cam-drin plant yn rhywiol ac, o dan gyfraith y DU, mae'n anghyfreithlon.

Gall clywed am hyn fel rhiant neu ofalwr deimlo'n frawychus, ond nid ydych ar eich pen eich hun. Mae'n bwysig gwybod bod camau y gallwch eu cymryd, ac efallai eich bod eisoes yn gwneud llawer ohonynt, i helpu i amddiffyn eich plentyn yn well.

Mae'r canllaw hwn gan yr Internet Watch Foundation (IWF) a'r Asiantaeth Troseddu Cenedlaethol (NCA) yma i'ch cefnogi. Bydd yn eich helpu i ddeall mwy am sut y gellir camddefnyddio AI, pam mae'n bwysig a pha gamau y gallwch eu cymryd i deimlo'n hyderus a helpu i gadw'ch plentyn yn fwy diogel ar-lein.

Un o'r ffactorau amddiffynnol pwysicaf ym mywyd plentyn yw rhiant, gofalwr neu oedolyn dibynadwy sy'n gwybod y ffeithiau a sut i ymateb yn dawel, yn briodol ac yn hyderus pan fydd rhywbeth yn mynd o'i le.

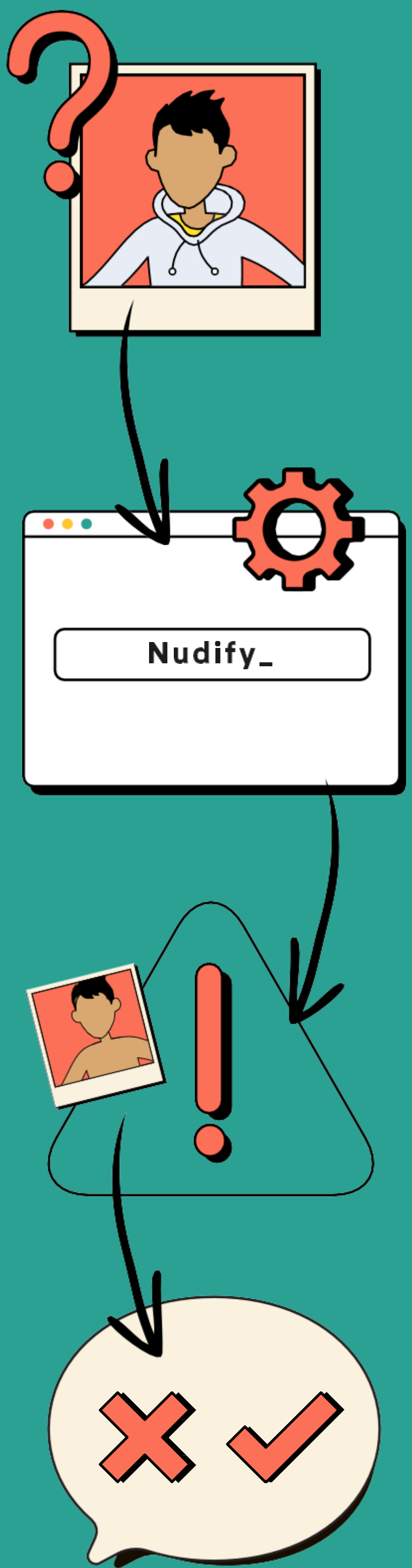
Geiriau allweddol

Deallusrwydd artiffisial: Systemau cyfrifiadurol sy'n gallu dynwared deallusrwydd dynol i ddatrys problemau, cynnal sgyrsiau a chreu delweddau a fideos realistig.

Ffugiad dwfn (deepfake): Delwedd, fideo neu recordiad sain sydd wedi'i gynhyrchu neu ei newid gan ddefnyddio AI, gan wneud i rywun ymddangos fel pe baent yn dweud neu'n gwneud pethau na ddywedon nhw na wnaethon nhw erioed mewn gwirionedd.

Noethi (nudify): Y broses o dynnu dillad yn ddigidol o ddelweddau neu fideos o berson i wneud iddynt ymddangos yn noeth neu'n hanner noeth.

Beth allwch chi ei wneud:



Dysgu am ddelweddau cam-drin plant yn rhywiol a gynhyrchir gan ddefnyddio AI.

Cymryd camau ymarferol a siarad â'ch plentyn am AI, gan gynnwys sut y gellir ei gamddefnyddio i greu delweddau o gam-drin rhywiol.

Gwybod sut i **gefnogi'ch plentyn** a ble i roi gwybod os ydi hyn yn digwydd iddyn nhw.

Dechrau'r sgwrs gyda rhieni a gofalwyr eraill am ganiatâd delweddau.

Beth yw Deallusrwydd Artiffisial (AI)?

Mae Deallusrwydd Artiffisial (AI) yn disgrifio technoleg ar-lein sy'n gallu gweithredu mewn ffyrdd y byddai angen meddwl neu greadigrwydd dynol i'w gwneud fel arfer. Gall technoleg AI gynnal sgyrsiau, ateb cwestiynau a hyd yn oed greu delweddau a fideos realistig.

Mae AI eisoes wedi'i ymgorffori mewn llawer o offer a gwasanaethau rydyn ni'n eu defnyddio bob dydd fel llwyfannau ffrydio ffilmiau, cyfryngau cymdeithasol ac apiau llywio.

Beth yw delweddau neu fideos o gam-drin plant yn rhywiol a gynhyrchir gan ddefnyddio AI?

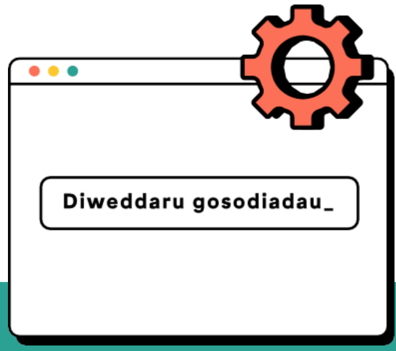
Nid oes angen i ddelweddau neu fideos ddangos gweithredoedd rhywiol i gael eu hystyried yn ddeunydd cam-drin plant yn rhywiol. Gall hyn hefyd gynnwys delweddau noeth neu hanner noeth o rywun dan 18 oed.

Gall delweddau neu fideos cam-drin plant yn rhywiol a grëwyd neu a addaswyd gan ddefnyddio AI gynnwys:

- Delweddau bob dydd o blentyn neu berson ifanc sy'n cael eu trawsnewid yn ddelweddau o gam-drin plant yn rhywiol, gan gynnwys delweddau a gymerwyd o gyfryngau cymdeithasol, gwefannau ysgolion neu apiau negeseua, sy'n cael eu trawsnewid yn ddelweddau rhywiol neu gamdriniol.
- Delweddau neu fideos sy'n edrych fel plentyn go iawn ond sy'n gwbl artiffisial, a elwir weithiau yn 'ffugiadau dwfn' ('deepfakes')
- Technoleg AI sy'n tynnu dillad yn ddigidol o ddelweddau sy'n bodoli'n barod i greu delweddau noeth neu hanner noeth, a elwir weithiau'n 'noethi' ('nudifying')

Hyd yn oed pan fydd delwedd o gam-drin plant yn rhywiol wedi'i chreu neu ei newid gan ddefnyddio AI, gan gynnwys delweddau nad ydynt yn edrych yn realistig fel cartwnau neu animeiddiadau, maent yn **anghyfreithlon** a gallant achosi niwed.

Camau ymarferol



1 Adolygu eich gosodiadau preifatrwydd

Gall deall eich preifatrwydd ar-lein deimlo'n llethol ond mae yna gamau hawdd y gallwch eu cymryd i ddiwygio'ch gosodiadau a chloi eich proffiliau cyfryngau cymdeithasol. Mae hyn yn cynnwys newid pa wybodaeth y gall eraill ei weld am eich plentyn ar-lein.

Mae'r rhan fwyaf o apiau'n labelu rheolyddion preifatrwydd yn glir o dan **Settings.** Gallwch chwilio am adrannau o'r enw **Privacy, Safety** neu **Account**, lle gallwch wneud proffiliau yn breifat a chyfyngu ar bwy all weld beth sy'n cael ei bostio.

Os hoffech rannu lluniau o'ch plentyn ar-lein, rydym yn awgrymu creu grŵp 'ffrindiau agos' neu gyfyngu ar bwy sy'n gallu eu gweld fel mai dim ond pobl ddethol sy'n gallu eu gweld. Ewch i **Internet Matters** am ganllawiau penodol i apiau a llwyfannau.

2 Cynnal archwiliad cyfryngau cymdeithasol

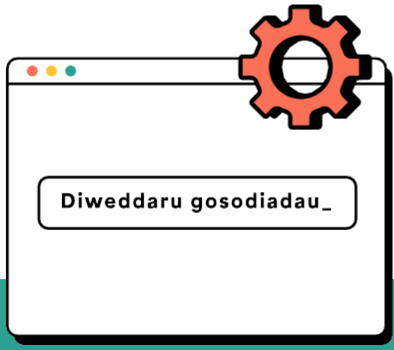
Gall cymryd eiliad i adolygu beth sydd eisoes ar-lein eich helpu i deimlo mewn mwy o reolaeth. Dechreuwch trwy edrych trwy eich cyfrifon cyfryngau cymdeithasol eich hun. Edrychwch ar y delweddau a'r fideos rydych chi wedi'u rhannu a gofynnwch i chi'ch hun:

- *A ellir gweld wyneb, corff neu wisg ysgol fy mhlentyn?*
- *Ydw i'n dal yn gyfforddus gyda'r neges hon ar-lein?*
- *A ellir ei ddileu neu ei wneud yn breifat?*

Gwiriwch i weld a yw'ch ffrindiau neu'ch teulu wedi uwchlwytho delweddau o'ch plentyn, gan gynnwys negeseuon hŷn hefyd. Gall hyn fod yn rhywbeth nad oeddech chi'n ymwybodol ohono, ar ôl digwyddiadau fel penblwyddi, gweithgareddau ysgol neu gyfarfodydd teuluol. Os ydych chi'n dod o hyd i rywbeth nad ydych chi'n gyfforddus ag ef, siaradwch â nhw'n glir ac yn ddigyffro. Gallwch osod ffiniau clir gan **ddefnyddio ein dechreuwyr sgwrs ymarferol,** gan helpu i amddiffyn eich plentyn a gwneud disgwyliadau yn glir i bawb.

Mae'n iawn gofyn i bobl beidio â phostio lluniau neu fideos o'ch plentyn ar-lein.

Camau ymarferol *(parhad)*



3

Ailystyried caniatâd delwedd

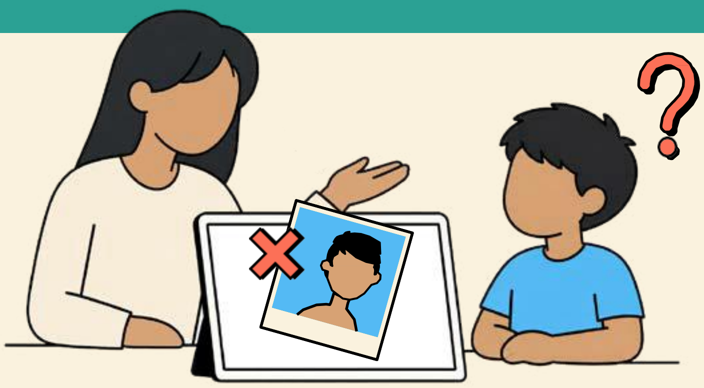
Efallai eich bod eisoes wedi trafod caniatâd delwedd gyda ffrindiau, teulu a hyd yn oed o fewn y lleoedd y mae eich plentyn yn eu mynychu fel ysgolion a chlybiau. Gall fod yn ddefnyddiol ailymweld â'r sgyrsiau hyn a chynnwys eich plentyn, yn enwedig wrth iddynt fynd yn hŷn a dechrau archwilio mannau newydd ar-lein. Siaradwch am sut maen nhw'n teimlo am gael tynnu eu lluniau neu am eu rhannu, a'u helpu i ddeall ei bod yn iawn dweud na.

Gallwch hefyd adolygu'r ffurflenni caniatâd rydych chi wedi'u llofnodi mewn mannau y mae eich plentyn yn eu mynychu, fel ysgol, meithrinfa neu glybiau. Gofynnwch i'ch hun:

- *Ydw i'n dal yn gyfforddus gyda sut y gellid defnyddio delweddau fy mhlentyn?*
- *Ydy fy newisiadau wedi newid?*
- *Ydw i eisiau cyfyngu ar ganiatâd neu ei dynnu'n ôl?*

Mae'n iawn os byddwch chi a'ch plentyn yn dewis tynnu caniatâd i ddelweddau yn ôl yn gyfan gwbl ac nid oes angen cymryd yr holl gamau hyn ar unwaith. **Gall gwneud newidiadau bach, ymarferol y gellir ailymweld â nhw dros amser eich helpu chi a'ch plentyn i deimlo'n fwy hyderus ac mewn rheolaeth dros amser.**

Archwilio AI a chaniatâd delweddau gyda'ch plentyn

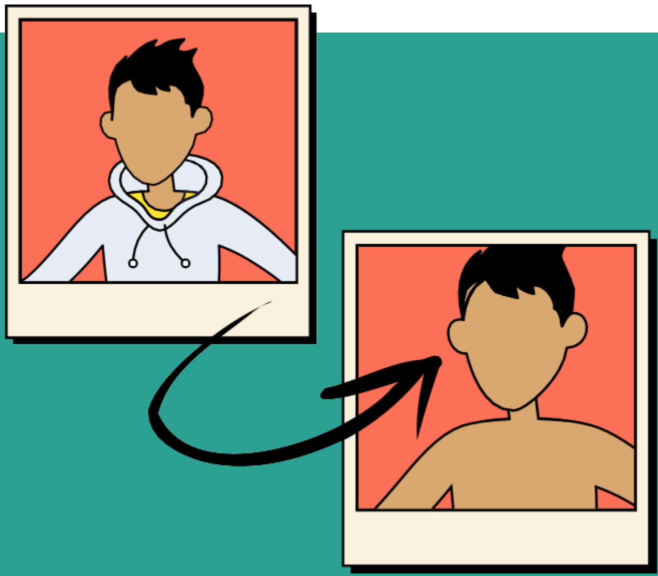


Nid oes rhaid i chi wybod popeth am AI i siarad â'ch plentyn amdano. Yr hyn sydd bwysicaf yw ei gynnwys yn y sgyrsiau rheolaidd, agored rydych chi eisoes yn eu cael a rhoi gwybod iddyn nhw y gallant ddod atoch chi os yw rhywbeth ar-lein yn eu poeni.

Gall bod yn chwilfrydig, gwrando arnyn nhw a dysgu gyda'n gilydd helpu i feithrin ymddiriedaeth a bydd yn rhoi gwybod i'ch plentyn y byddwch chi'n eu cefnogi ac nid yn eu barnu os byddan nhw'n dod atoch chi am help.

Bydd y cwestiynau a'r awgrymiadau sgwrs isod yn eich helpu i siarad am gamddefnyddio AI a chaniatâd delweddau heb swnio'n rhy frawychus neu ddifrifol.

Siarad â'ch plentyn am...



AI, lluniau noeth a ffugiadau dwfn

"Wyt ti wedi defnyddio unrhyw AI yn yr ysgol neu gartref? Ar gyfer beth wnest ti eu defnyddio? Oeddet ti'n eu gweld yn ddefnyddiol?"

Dechreuwch y drafodaeth a darganfyddwch beth maen nhw'n ei wybod eisoes am AI.

"Gall rhai apiau AI wneud neu olygu delweddau neu fideos. Weithiau mae pobl yn gwneud hyn i wneud cynnwys ffug neu amhriodol. Beth fyddet ti'n ei wneud pe bai rhywbeth ar-lein ddim yn teimlo'n iawn?"

Agorwch y drws i'r ffyrdd mae AI yn cael ei gamddefnyddio a chadwch y ffocws ar eu diogelwch.

"Wyt ti wedi clywed am 'deepfakes' neu 'nudifying apps'?"

Atgoffwch nhw, dim ond oherwydd bod rhywbeth yn edrych yn wir ar-lein, nid yw'n golygu ei fod yn wir.

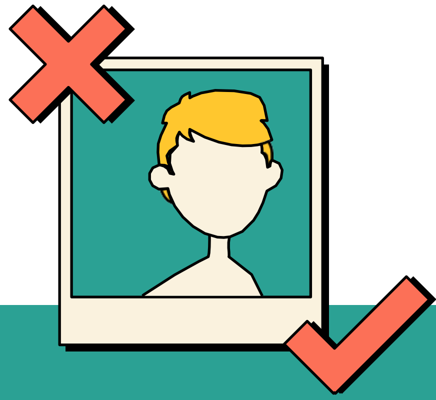
"Gall delweddau neu fideos wedi eu gwneud neu eu newid gan ddefnyddio AI fod yn niweidiol neu hyd yn oed yn anghyfreithlon. Pam wyt ti'n meddwl y gallai hyn fod?"

Helpwch nhw i ystyried effaith a chanlyniadau posibl camddefnyddio AI.

"Pe bai hyn yn digwydd i ti neu rywun rwyt ti'n ei adnabod, galli..."

Rhowch sicrwydd iddyn nhw y gallant siarad â chi os ydyn nhw'n poeni. Siaradwch am y camau y gallant eu cymryd os yw rhywun wedi creu delweddau AI ohonynt.

Siarad â'ch plentyn am...
(parhad)



Caniatâd delweddau

"Sut wyt ti'n penderfynu pryd mae llun yn iawn i'w rannu?"

Trafod ffiniau preifatrwydd - iddyn nhw eu hunain ac eraill.

"Pe bai rhywun yn tynnu llun ohonot ti a'i rannu heb ofyn am ganiatâd, sut fyddet ti'n teimlo?"

Adeiladwch ar eu dealltwriaeth o gydsyniad, gan esbonio ei bod yn iawn dweud na i luniau sy'n cael eu postio neu ofyn iddynt gael eu tynnu i lawr.

"Pa gyngor fyddet ti'n ei roi i ffrind y byddai delwedd ohono wedi'i rhannu heb ei ganiatâd?"

Gallai canolbwyntio'r cwestiwn ar rywun arall ei gwneud hi'n haws i'ch plentyn archwilio teimladau a chyfrifoldeb heb bwysau.

"Pe bai rhywun yn gofyn i ti anfon neu bostio llun nad oeddet ti'n teimlo'n gyfforddus ag ef, beth allet ti ei ddweud?"

Siaradwch trwy strategaethau ar gyfer tynnu'n ôl o sgyrsiau ar-lein sy'n gwneud iddynt deimlo'n anghyfforddus, gan gynnwys:

- Newid y pwnc
- Defnyddio hiwmor i droi'r sylw
- Esbonio sut maen nhw'n teimlo
- Camu i ffwrdd o'u dyfais am eiliad

"Efallai y byddai rhywun yn dweud bod rhannu lluniau wedi'u newid o bobl eraill yn 'jôc' neu'n 'gellwair' yn unig. Beth wyt ti'n ei feddwl am hynny?"

Helpwch eich plentyn i feddwl a yw bwriad yn bwysig a chydnabod y gwahaniaeth rhwng hiwmor a niwed. Gallech hyd yn oed ofyn iddynt pa gyngor y byddent yn ei roi i ffrind sydd â'r safbwyntiau hyn, gan ganiatáu iddynt feddwl am gydsyniad heb ei gysylltu â nhw eu hunain.

"Oeddet ti'n gwybod y gellir adrodd am ddelweddau noeth neu hanner noeth o bobl dan 18 oed a'u tynnu oddi ar lein, gan gynnwys y rhai a grëwyd neu a newidiwyd gan ddefnyddio AI?"

Rhowch wybod iddynt y gall gwasanaethau gan gynnwys Report Remove helpu i gael gwared ar ddelweddau noeth neu hanner noeth o blant dan 18 oed sydd wedi'u rhannu, neu a allai gael eu rhannu ar-lein.

Adrodd

Os yw plentyn neu berson ifanc mewn perygl uniongyrchol, rhowch wybod i'r heddlu drwy ffonio 999.

Os ydych chi'n poeni bod eich plentyn...

- wedi gweld rhywbeth niweidiol, gan gynnwys delweddau cam-drin rhywiol a gynhyrchwyd gan AI
- wedi cael delwedd wedi'i chreu neu wedi'i thrin ohonynt
- yn cael eu blacmelio neu eu bygwth â delweddau cam-drin rhywiol ohonynt eu hunain

Dylech

1. **Roi sicrwydd iddynt** eu bod nhw wedi gwneud y peth iawn drwy ddweud wrthych chi beth sydd wedi digwydd. Gwnewch yn siŵr eu bod yn gwybod nad ydynt ar fai a'u bod wedi gwneud y peth iawn trwy ofyn am eich help.
2. **If your child is being blackmailed or threated** with sexual abuse imagery of themselves, they should stop contact and block the account. If blackmail is for a financial demand (such as transferring money or purchasing gift cards) do not pay.
3. **Peidiwch â gofyn iddyn nhw ddangos y ddelwedd i chi.**
4. **Osgowch ddileu unrhyw beth** y gellid ei ddefnyddio fel tystiolaeth, fel negeseuon, delweddau, fideos neu fanylion proffil.
5. **Rhowch wybod i'r heddlu.** Ffoniwch 101 neu 999 os oes risg uniongyrchol o niwed i'ch plentyn. Gallwch chi neu'ch plentyn hefyd gysylltu â CEOP Safety Centre i roi gwybod am gam-drin plant yn rhywiol ar-lein a chael mynediad at gymorth mewn perthynas â'r digwyddiad.
6. **Rhowch wybod i'r platfform, y wefan neu'r ap** ap y mae'r digwyddiad wedi digwydd arno. Am gyngor ar sut i adrodd i blatfform cyfryngau cymdeithasol mawr, ewch i Internet Matters.
7. **Rhowch wybod am y ddelwedd i** Report Remove, gwasanaeth sy'n cael ei redeg gan Childline NSPCC ac IWF. Gallant geisio cael gwared ar ddelweddau a fideos noeth a allai ymddangos ar-lein a chynnig cymorth iechyd meddwl i'r person ifanc.
   Nude image of you online? We can help take it down.
8. **Cael mynediad at gymorth emosiynol a lles** i chi a'ch plentyn. Gall profiadau sy'n cynnwys delweddau rhywiol, gan gynnwys y rhai a gynhyrchwyd gan ddefnyddio AI, achosi straen a phryder, cywilydd neu hyd yn oed ofn. Gallwch ddod o hyd i gyngor ar looking after your child's mental health from the NHS neu gysylltu â Childline

Dioddefwyr sy'n oedolion

Gall The Revenge Porn Helpline pob oedolyn yn y DU sydd wedi cael delweddau personol wedi'u rhannu ar-lein heb ganiatâd a gall helpu i adrodd ar ddelweddau personol i'w dileu.

Gall StopNCII.org, offeryn byd-eang gan SWGfL, atal y delweddau personol rhag cael eu rhannu ar lwyfannau sy'n cymryd rhan.

Os ydych chi'n poeni bod eich plentyn wedi creu neu rannu delwedd neu fideo o rywun, ewch i wefan y llinell gymorth Stop It Now helpline.

Gosod ffiniau gyda ffrindiau a theulu:

Rhannu delweddau a chaniatâd

Gall siarad ag oedolion eraill am ganiatâd delweddau, gan gynnwys ffrindiau a theulu, deimlo'n lletchwith. Fodd bynnag, mae'r rhan fwyaf o bobl yn hapus i barchu eich dymuniadau unwaith y byddant yn eu deall.

Gallwch ddechrau'r sgyrsiau hyn ym mha bynnag ffordd sy'n teimlo'n hawsaf i chi – wyneb yn wyneb, trwy neges destun neu hyd yn oed mewn sgwrs grŵp.

Dyma rai ffyrdd cyflym a syml o ddechrau'r drafodaeth a gosod ffiniau clir gan fod yn barchus yr un pryd.

Agorwch y sgwrs yn ysgafn a gofynnwch gwestiynau:

> *Rydyn ni'n bod yn fwy gofalus gyda'r hyn sy'n mynd ar-lein am y plant. A fyddech cystal â gofyn i ni cyn rhannu unrhyw beth?*

> *Dw i'n ceisio dysgu'r plant am ganiatâd delweddau – allwch chi wirio gyda ni cyn postio unrhyw beth ar-lein?*

> *Dw i'n hoffi gofyn i rieni eraill ynglŷn â rhannu lluniau o'u plant. Beth sy'n well gennych chi ei wneud? Rydyn ni'n hoffi cadw ein rhai ni oddi ar y we.*

Gosodwch ffiniau clir ond parchus:

> *Rydyn ni'n cadw eu lluniau yn breifat am y tro. A allwn ni gadw lluniau yn y sgwrs grŵp yn hytrach na'u postio ar gyfryngau cymdeithasol?*

> *Rwy'n dechrau cael sgyrsiau gyda nhw am olion traed digidol. Os ydych chi byth eisiau postio rhywbeth gyda nhw ynddo, allwch chi fy holi i'n gyntaf?*

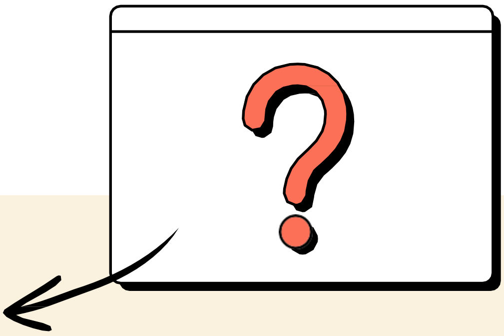
> *Os ydych chi'n cael unrhyw luniau da, byddem wrth ein bodd yn eu gweld ond dydyn ni ddim am iddyn nhw gael eu rhannu ar-lein – fel bod pawb yn teimlo'n gyfforddus. Diolch am ein helpu i gadw at hyn!*

Os yw rhywun wedi rhannu llun eisoes:

> *Diolch am rannu'r foment honno ond rydyn ni'n cadw'r plant oddi ar y we. Allech chi ei dynnu i lawr? Rydyn ni'n ei werthfawrogi'n fawr.*

> *Mae'n llun mor hyfryd, ond a fyddech chi'n meindio ei dynnu i lawr? Rwy'n cadw eu lluniau yn breifat ar hyn o bryd. Diolch am ddeall.*

Cwestiynau Cyffredin



A yw delweddau o gam-drin rhywiol plant wedi'u creu neu eu newid gan ddefnyddio AI yn anghyfreithlon yn y DU?

O dan gyfraith y DU mae'n anghyfreithlon creu, rhannu neu feddu ar ddelwedd anweddus o unrhyw un o dan 18 oed - gan gynnwys delweddau a gynhyrchir gan AI. Mae hyn hefyd yn cynnwys delweddau nad ydynt yn edrych yn realistig, fel cartwnau neu animeiddiadau.

A yw delweddau cam-drin plant yn rhywiol wedi'u creu neu eu newid gan ddefnyddio AI yn niweidiol?

Mae pob delwedd cam-drin plant yn rhywiol yn niweidiol, gan gynnwys os yw wedi ei greu gan ddefnyddio AI. Mae hyn hefyd yn cynnwys delweddau sy'n edrych yn afrealistig, fel cartwnau neu animeiddiadau. Mae pob delwedd o gam-drin plant yn rhywiol, gan gynnwys cynnwys a gynhyrchir gan AI, yn bwydo'r galw am gam-drin rhywiol o blant ar-lein ac yn normaleiddio cam-drin plant yn rhywiol – hyd yn oed pan nad oes plentyn 'go iawn' yn cael ei gynrychioli. Gellir creu delweddau AI hefyd gan ddefnyddio delweddau o blant a dioddefwyr go iawn i hyfforddi offer AI, sy'n golygu y gall y plant hynny gael eu niweidio eto bob tro y mae'r delweddau neu'r fideos yn cael eu gweld neu eu rhannu.

I blant a phobl ifanc, gall gwybod bod delwedd ohonynt yn bodoli fod yn frawychus ac achosi gofid. Gall y syniad y gallai delwedd gael ei rhannu ar-lein hefyd achosi teimladau o gywilydd neu golli rheolaeth.

Mae'n bwysig cofio bod cymorth ar gael. Gellir adrodd am ddelweddau ac yn aml cânt eu dileu. Mae rhieni a gofalwyr yn chwarae rôl allweddol trwy wrando, cysuro, ymateb yn ddigyffro a gwybod ble i gael help os bydd hyn yn digwydd.

I lawer o blant a phobl ifanc, gall oedolion dibynadwy wneud gwahaniaeth enfawr o ran teimlo bod rhywun yn eu credu a'u cefnogi a'i bod yn ddiogel iddynt ofyn am help ganddynt.

Pam fyddai rhywun yn creu deunydd cam-drin plant yn rhywiol gydag AI (AI-CSAM)?

Efallai y bydd rhai troseddwyr yn credu bod AI yn gwneud eu hymddygiad yn llai niweidiol, neu'n lleihau eu siawns o gael eu dal. Nid yw hyn yn wir – gall delweddau cam-drin plant yn rhywiol a gynhyrchir gan AI achosi niwed gwirioneddol ac maent yn anghyfreithlon o dan gyfraith y DU.

Efallai y bydd rhai pobl ifanc yn camddefnyddio AI fel "jôc" neu allan o chwilfrydedd heb ddeall y canlyniadau cyfreithiol neu'r effaith emosiynol.

Beth yw 'ffugiad dwfn' ('deepfake')?

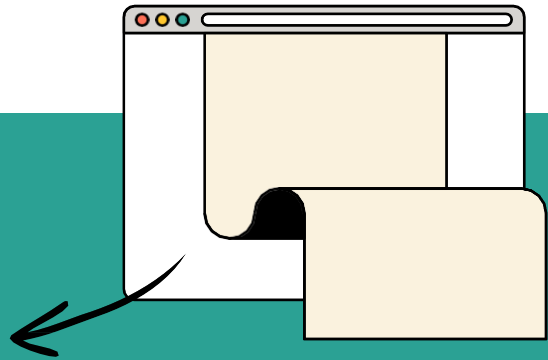
Mae ffugiad dwfn yn ddelwedd, fideo neu hyd yn oed recordiad sain sydd wedi'i gynhyrchu neu ei newid gan ddefnyddio AI, gan wneud i rywun ymddangos eu bod yn dweud neu wneud pethau nad ydynt erioed wedi'u dweud neu eu gwneud mewn gwirionedd.

Gall ffugiadau dwfn edrych yn argyhoeddiadol iawn a gellir eu defnyddio mewn ffyrdd i ddrysu, camarwain neu niweidio'r rhai sy'n eu gweld.

Sut alla i ddweud a yw delwedd wedi'i chynhyrchu gan AI?

Nid oes angen i chi benderfynu a yw delwedd wedi'i chreu drwy ddefnyddio AI ai peidio. Os byddwch chi'n darganfod neu os bydd eich plentyn yn datgelu bod delwedd neu fideo anweddus ohonynt yn bodoli, [Dilynwch y camau hyn ar gyfer beth i'w wneud nesaf.]

Sefydliadau ac adnoddau defnyddiol eraill



- **Marie Collins Foundation - Yn cefnogi plant, pobl ifanc a theuluoedd yr effeithir arnynt gan gam-drin plant yn rhywiol â chymorth technoleg ac yn rhoi cyngor, arweiniad a chymorth adferiad.**
- **TALK - Canllaw ymarferol gan yr Internet Watch Foundation i helpu rhieni a gofalwyr i ddeall risgiau cam-drin rhywiol ar-lein a chefnogi plant i gadw'n ddiogel ar-lein.**
- **YoungMinds - Cyngor iechyd meddwl ac adnoddau cymorth emosiynol i bobl ifanc a rhieni.**
- **Parent Zone - Cymorth a gwybodaeth i helpu rhieni i lywio bywydau digidol plant a thechnolegau sy'n dod i'r amlwg gyda chanllawiau penodol ar AI.**
- **NSPCC - Cyngor ymarferol i rieni a gofalwyr ar gadw plant yn ddiogel ar-lein, siarad am bynciau anodd, a chael cefnogaeth.**

CEOP Education from the National Crime Agency

Mae rhaglen Addysg CEOP yn cynnig amrywiaeth o adnoddau am ddim i weithwyr proffesiynol, rhieni/gofalwyr a phobl dan 18 oed ar fygythiad cam-drin plant yn rhywiol ar-lein. Ewch i ceopeducation.co.uk i ddysgu mwy.

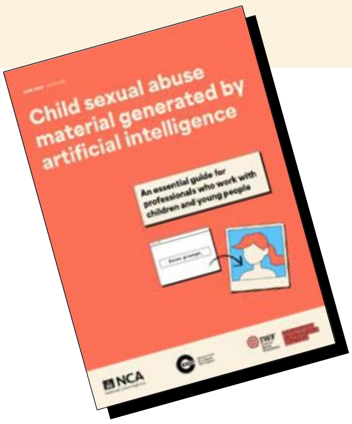
Cefnogir y canllaw hwn gan:

Cefnogir gan Lywodraeth Cymru
Supported by Welsh Government

Police Service of Northern Ireland

SBNI Safeguarding Board for Northern Ireland

Education Scotland Foghlam Alba



Ydych chi'n athro neu ydych chi'n gweithio mewn lleoliad proffesiynol gyda phlant neu bobl ifanc?

Cymerwch olwg ar ein canllaw proffesiynol.