VICTIM SUPPORT

# HELPU'CH PLENTYN AR ÔL TROSEDD

Gwybodaeth i rieni a gofalwyr

victimsupport.org.uk

04

Os oes trosedd neu droseddau wedi effeithio arnoch chi neu'ch plentyn, mae'n gallu bod yn brofiad dychrynllyd a thrawmatig iawn.

Rydyn ni yma i'ch helpu chi a'ch teulu yn y cyfnod anodd hwn. Rydym yn cynorthwyo cannoedd o bobl o bob oed bob dydd i ymdopi ag effeithiau troseddau.

## Sut gallai troseddau effeithio ar eich plentyn

Mae pob plentyn yn ymateb yn wahanol i droseddau. Efallai y sylwch chi ar newid yn eu hymddygiad, gallai patrymau cysgu neu fwyta newid, gallai eu lefelau pryder gynyddu, ac efallai y sylwch chi ar ddiffyg cymhelliant i ymwneud â gweithgareddau ysgol a hamdden.

## Sut gallwn ni helpu eich plentyn

Mae VS yn elusen annibynnol, a does dim rhaid i'ch plentyn adrodd am y drosedd i'r heddlu er mwyn cael cefnogaeth gennym ni.

Rydym yn helpu plant sydd wedi profi pob math o droseddau, gan gynnwys:

- Bwlio ac aflonyddu
- Cam-drin Domestig
- Niwed ar-lein
- Cam-drin a chamfanteisio rhywiol
- Bwrgleriaeth
- Troseddau casineb
- Gangiau a thrais y stryd.

## Gwasanaethau lleol

Yn VS, mae gennym nifer fawr o wasanaethau lleol yn darparu cymorth arbenigol i blant ledled Cymru a Lloegr.

Mae'r gwasanaethau hyn yn darparu cefnogaeth o ansawdd uchel sydd wedi'u cynllunio er mwyn adnabod a lleihau **risgiau**, adnabod a datblygu **cryfderau**, a helpu pobl ifanc i gynyddu eu lefelau **gwytnwch**.

Mae modd darparu ein cymorth arbenigol naill ai wyneb yn wyneb neu drwy ddefnyddio technoleg. Gallai ein cefnogaeth gynnwys sesiynau cymorth un-i-un, mynediad at raglenni gwaith grŵp a chyfleoedd i gael cefnogaeth cymheiriaid.

## Gwasanaethau anuniongyrchol

Mae rhai o'n gwasanaethau yn darparu cefnogaeth anuniongyrchol i blant. Mae'r gwasanaethau hynny yn darparu cymorth arbenigol o ansawdd uchel i blant drwy riant/gofalwr diogel neu oedolyn y maent yn ymddiried ynddynt. Rydym yn ymgysylltu'n rheolaidd â'r oedolyn y maent yn ymddiried ynddynt, ac yn darparu nifer o weithgareddau iddynt i'w cwblhau gyda'r plentyn er mwyn eu helpu i ymdopi ac ymadfer o'r niwed a achoswyd.

I gael gwybod pa gefnogaeth sydd ar gael i blant a phobl ifanc yn eich ardal chi, ewch i'n gwefan:

**www.victimsupport.org.uk/support-near-you**

## Cyfrinachedd

Mae ein cefnogaeth i blant yn gyfrinachol, sy'n golygu na fydd gwybodaeth yn cael ei rhannu y tu allan i VS oni bai ein bod yn poeni nad yw eich plentyn yn ddiogel neu eu bod dan risg o gael niwed difrifol. Pan fydd angen i ni rannu gwybodaeth, byddwn ni wastad yn ceisio esbonio'n eglur pa wybodaeth ac â phwy y bydd yn cael ei rhannu, a beth allai ddigwydd nesaf.

## Rhagor o wybodaeth

Mae ein adnodd ar-lein, My Support Space ar gael hefyd i'r rhai sy'n cefnogi rhywun wedi iddynt gael profiad o drosedd neu drawma, ac mae'n cynnwys canllaw rhyngweithiol ynglŷn â siarad gyda phlant yn dilyn trosedd.

I gael gwybod mwy ac i gofrestru ar gyfer eich cyfrif am ddim, ewch i:
**www.mysupportspace.org.uk**

## Sefydliadau eraill sy'n gallu helpu

**Childline:** **www.childline.org.uk**
Ffôn: **0800 1111**
Ffôn testun: **0800 400 222**

Llinell gymorth rhadffôn gyfrinachol 24-awr i blant, yn cael ei chynnal gan yr NSPCC.

### Llinell Gymorth Amddiffyn Plant yr NSPCC

**www.nspcc.org.uk**

Ffôn: **0808 800 5000**
Ffôn testun: **0800 056 0566**
Ebost: **help@nspcc.org.uk**

Gwasanaeth rhadffôn 24-awr sy'n darparu cwnsela, gwybodaeth a chyngor i unrhyw un sy'n pryderu am blentyn sydd dan risg o gael eu cam-drin

## Sut gallwn ni'ch cefnogi chi

Mae'n bwysig eich bod chi fel rhiant neu ofalwr yn gallu rhannu'ch pryderon a'ch ofnau hefyd.

Gallwch chi gysylltu'n uniongyrchol â Victim Support i gael cyngor a chefnogaeth ynglŷn â sut i helpu'ch plentyn os oes trosedd wedi effeithio arnynt. Mae ein manylion cysylltu ar gefn y daflen hon.

Mae gennym ddeunyddiau a ddatblygwyd gan arbenigwyr i'ch helpu i gefnogi'ch plentyn, a bydd ein cefnogwyr sydd wedi cael hyfforddiant arbennig yn gallu'ch helpu chi i ddysgu sut i'w defnyddio.

Mae Victim Support yn gallu'ch helpu chi **hefyd** os ydy'r drosedd wedi effeithio arnoch chi, naill ai'n uniongyrchol neu oherwydd profiad eich plentyn.

## Dweud wrth yr heddlu

Rydyn ni'n gallu'ch cefnogi chi p'un ai ydych chi wedi adrodd am y drosedd i'r heddlu ai peidio a gallwn ni deilwra'r gefnogaeth ar eich cyfer chi.

## Mae amrywiaeth o bwys ac rydym yn ei werthfawrogi

Rydym yn ymrwymedig i gefnogi anghenion y cymunedau amrywiol rydym yn eu gwasanaethu. Gallwn ni ddarparu cyfieithwyr a gwybodaeth mewn fformatau gwahanol. Os oes gennych anghenion ychwanegol, rhowch wybod i ni er mwyn i ni allu rhoi'r gefnogaeth iawn yn ei lle.

Children & Young People Now Awards 2022 Winner

## Ble i fynd i gael cymorth:

Rydym yn **elusen annibynnol** sy'n cynnig **cymorth** cyfrinachol **am ddim** i bobl y mae troseddau a digwyddiadau trawmatig yn effeithio arnynt.

I gael gwybodaeth a chymorth, cysylltwch â ni trwy:

- ffonio: Supportline **08 08 16 89 111**
- defnyddio ein gwasanaeth sgwrsio byw 24/7: **victimsupport.org.uk/live-chat**
- defnyddio BSL: **victimsupport.org.uk/bsl**
- Ar-lein: **victimsupport.org.uk**

I gael gwybod sut gallwch chi'n helpu ni, ewch i **victimsupport.org.uk/get-involved**

**@VictimSupport**

**VictimSupport**

**victimsupport_uk**

**Linkedin.com/company/victim-support**

Cyhoeddwyd gan Victim Support
Llywydd EHB Y Dywysoges Frenhinol

Victim Support, Llawr Gwaelod, Adeilad 3, Parc Busnes Dwyreiniol, Lôn Wern Fawr, Pentref Llaneirwg, Caerdydd CF3 5EA
Ffôn: 020 7268 0200

Rhif cofrestru'r elusen: 298028 Rhif cwmni: 2158780
Cofrestrwyd yn Lloegr. Cyfyngedig drwy warant.
Swyddfa gofrestredig fel uchod.

 © 2024 Victim Support