

Holiadur Teimlo'n Ddiogel

Mae pawb yn haeddu cartref hapus a diogel.

Ydych chi'n teimlo'n ddiogel yn y cartref?

Atebwch YDW/YDY neu NAC YDW/YDY i'r cwestiynau canlynol



Question	YDW / YDY	NAC YDW / NAC YDY
1) Wyt ti'n teimlo'n ddiogel ac wyt ti'n teimlo bod pobl yn dy gefnogi?		
2) Ydy'r teulu yn gofalu ac yn annog i bawb fod y gorau maen nhw'n gallu bod?		
3) A ydw i'n gallu rhannu popeth yn ein teulu? O deimladau i deganau.		
4) A ydw i'n gallu siarad am unrhyw beth sy'n fy mhoeni?		
5) A ydy pawb yn y teulu yn ymddiried ac yn parchu ei gilydd?		

Os ydych wedi ateb 'Ydw/Ydy' i bob cwestiwn, rydych chi'n byw mewn cartref hapus a ddiogel.

Os ydych wedi ateb 'Nac ydw/Nac ydy' i'r cwestiynau, cwblhewch yr adran nesaf.

Cwestiwn	YDW / YDY	NAC YDW / NAC YDY
1) Ydy'r teulu yn dadlau ac yn ymladd bob dydd?		
2) Wyt ti'n teimlo'n ofnus yn y cartref trwy'r amser?		
3) Ydy un oedolyn yn y teulu yn galw enwau i'r oedolyn arall?		
4) Ydy un oedolyn yn gwneud i'r oedolyn arall teimlo'n ofnus gan fygythio nhw?		
5) Wyt ti'n poeni am fynd adref?		

Os ydych wedi ateb 'YDW/YDY' i'r cwestiynau uchod, mae hyn yn dangos nad ydych yn teimlo'n ddiogel yn y cartref. Efallai, mae Cam-drin Domestig yn digwydd. Mae hyd yn oed UN arwydd yn gallu dangos nad ydych yn teimlo'n hapus neu'n ddiogel.

Siaradwch ag oedolyn yr ydych yn ymddiried ynddynt. e.e aelod o'r teulu, athro, cymydog neu rieni eich ffrind. Esboniwch fod rhywun yn gwneud i chi deimlo'n anniogel ac nad ydych yn gwybod beth i wneud. Gallwch hefyd ffonio ChildLine 0800 1111

