

# Technoleg Ddiogel

Canllaw i rieni a gofalyddion:  
cadw plant yn ddiogel  
gyda thechnoleg

Plant diogel, bywydau diogel

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



Bwriad y daflen hon yw:

- I esbonio rhai o'r dechnoleg bresennol sydd ar gael
- I'ch darparu gyda chynghor am beth y gallech wneud i gadw plant a phobl ifanc yn ddiogel rhag niwed posib a;
- Dweud wrthyh lle y gallech gael cynghor a gwybodaeth bellach.

Yn y daflen hon, mae'r gair technoleg yn cyfeirio at gyfrifiaduron, gliniaduron, nodiaduron, consolau gemau, ffonau symudol, MP3, Cynorthwywyr Digidol Personol (PDAs/Blackberrys) ac unrhyw dechnoleg arall y gall plentyn neu berson ifanc ddefnyddio i ryngweithio gydag eraill.

Gall technoleg fel y Rhyngrwyd fod yn lot o hwyl a darparu cyfleoedd i'ch plant i ddysgu a datblygu. Serch hynny, mae ganddo hefyd beryglon cudd y mae angen i chi fod yn ymwybodol ohonynt er mwyn cadw plant a phobl ifanc yn ddiogel.

## **Peryglon cudd technoleg i blant a phobl ifanc**

- Mae pobl beryglus weithiau yn defnyddio ystafelloedd swgrsio, gemau ar-lein, safleoedd rhwydweithio cymdeithasol fel Bebo, Facebook, My Space a thechnoleg arall i gael mynediad at blant a phobl ifanc er mwyn eu ‘paratoi’ neu eu cam-drin. Nid yw bob amser yn bosibl i adnabod y bobl hyn oherwydd maent yn aml yn dweud celwydd am bwy ydynt a’u hoedran.
- Mynediad at ddeunyddiau anaddas fel pornograffi oedolion a delweddau rhywiol eraill, delweddau treisgar a safleoedd gamblo er enghraifft.
- Bwlio seiber – yn cynnwys defnyddio’r Rhyngrwyd a ffonau symudol i fygwth, bychanu, galw enwau a dychryn.
- Peryglau eraill - Gall y rhain gynnwys firysau, lladrad hunaniaeth, hacio, ymelwad ariannol.

(Paratoi - yn yr achos yma, mae paratoi yn golygu ymddygiad a ddefnyddir gan bobl sy’n achosi perygl i blant, i fod yn ffrindiau gyda phlant er mwyn eu cam-drin yn rhywiol. Gall gynnwys gweniaith, cydymdeimlo gyda’u problemau, ynysu nhw oddi wrth bobl eraill, esgus eu bod yn blant neu bobl ifanc hefyd, esgus cael yr un profiadau/problemau, rhoi rhoddion/anrhegion er enghraifft. Gellir dod o hyd i wybodaeth bellach am gam-drin plant ac esgeulustra yn ein taflen, ‘Beth yw Cam-drin Plant’, sydd ar gael o’n gwefan neu ar gais oddi wrth Gydylynydd Bwrdd Diogelu Plant ar 01443 864798.)

## Rheolau Pwysig

- Peidiwch â dychryn eich plentyn neu gor-ymateb ond gwnewch yn siŵr eich bod yn trafod y peryglon cudd gyda'ch plentyn (gallwch ddefnyddio'r daflen hon fel man cychwyn) a gwnewch yn siŵr eu bod yn gwybod y gallant ddweud wrthyhych am unrhyw beth sy'n digwydd ar y Rhyngwrwd neu unrhyw beth sy'n digwydd ar y Rhyngwrwd neu dechnoleg arall sy'n eu gwneud i deimlo'n anghyffyrddus neu'n anniogel.
- Peidiwch â rhannu unrhyw wybodaeth bersonol dros y Rhyngwrwd y gall gael ei ddefnyddio i'ch adnabod chi neu eich plentyn a gwnewch yn siŵr nad yw eich plentyn yn gwneud hyn chwaith. (Mae gwybodaeth bersonol yn cynnwys enw llawn, cyfeiriad, dyddiad geni, rhifau ffôn ac enw ysgol er enghraifft. Mae rhai pobl yn defnyddio llysenw pan maent ar-lein ac mae gan rhai pobl cyfrifon ar-lein ar wahân er mwyn sicrhau nad ydynt yn cael eu hadnabod. Hefyd, gwnewch yn siŵr eich bod yn defnyddio cyfrineiriau gwahanol am bob rhaglen.
- Dylech chi a'ch plentyn gadw eich tudalen Facebook/MySpace/Bebo yn breifat er mwyn rhwystro pobl beryglus rhag cael mynediad ato. Hefyd, cofiwch i beidio ychwanegu unrhyw wybodaeth bersonol i'ch proffiliau. Byddwch yn ofalus am y ffotograffau rydych chi a'ch plant yn ychwanegu at y tudalennau hyn oherwydd gallant gael eu gwneud a'u newid gan bobl beryglus. Cynghorwch eich plant i beidio â derbyn unrhyw un fel ffrind nad ydynt yn eu hadnabod yn barod.
- Gwnewch yn siŵr nad yw eich plant yn mynd i gwrdd ag unrhyw un nad ydynt yn adnabod yn dda yn barod – dydych chi ddim bob amser yn gwybod â phwy mae eich plentyn yn siarad, a dydyn nhw ddim bob amser yn gwybod chwaith.
- Gwnewch yn siŵr fod y plant yn aros yn y man cyhoeddus o ystafell sgwrsio ac nad ydynt yn cael sgysiau preifat.
- Cadwch y cyfrifiadur mewn man teuluol sy'n cael ei rhannu fel y gallwch fod yn siŵr ei fod yn cael ei ddefnyddio'n ddiogel.
- Gosodwch fur gwarchod a meddalwedd gwrth-firws eraill ar eich cyfrifiadur.

- Gosodwch reolaeth rhieni a gosodiadau preifat ar eich meddalwedd (mae gan y rhan fwyaf o becynnau canllaw cam wrth gam sy'n eich helpu i wneud hyn)
- Cofiwch y gall eich plant rhyngweithio gyda phobl eraill drwy gyfrifiadur, ffonau symudol, Cynorthwywyr Digidol Personol, consolau gemau ac offer eraill. Gallant gael mynediad at y dyfeisiau hyn unrhyw le nid dim ond ar eich cyfrifiadur cartref, felly mae'n hanfodol eich bod yn dysgu eich plant am gadw eu hunain yn ddiogel ac yn rhoi rheolau pwysig mewn lle.

Cofiwch nad oes unrhyw beth gwell na'ch goruchwyliaeth, cyngor ac arweiniad chi.

(Mae mur gwarchod yn rhan o system gyfrifiadurol neu rwydwaith sy'n cael ei ddylunio i rwystro mynediad anawdurdodedig i'ch technoleg. Mae meddalwedd gwrth-firws yn cael ei ddefnyddio i rwystro a dod o hyd i firysau a'u rhwystro rhag niweidio eich technoleg. Mae firysau yn aml yn cael eu hanfon dros e-bost. Gofynnwch am rain pan rydych yn prynu eich technoleg neu ewch i siop arbenigol a gofynnwch am gyngor.)

## **Cyngor a gwybodaeth bellach**

Mae gan rwydwaith plant nifer o daflenni ffeithiau defnyddiol ar gyfer pobl ifanc a rhieni gan gynnwys cyngor ar furiau gwarchod, meddalwedd gwrth-firws, ystafelloedd sgwrsio, ffonau symudol, a'r rhyngwrwyd.

[www.childnet-int.org](http://www.childnet-int.org)

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

[www.chatdanger.xom](http://www.chatdanger.xom)

Mae gan y Ganolfan Ecsploetiaeth Plant Ac Amddiffyniad Ar-lein (CEOP) gyngor defnyddiol iawn ar gyfer grwpiau o blant o wahanol oedran, rhieni a gofalyddion a phobl broffesiynol.

[www.thinkuknow.co.uk](http://www.thinkuknow.co.uk)

Gellir dod o hyd i wybodaeth bellach am gam-drin neu esgeuluso plant a thafenni eraill ar ein gwefan:

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