Cadw’n Ddiogel Ar-lein

Canllaw i Blant

1. Peidiwch â dweud wrth neb ar-lein ble rydych chi’n byw, i ba ysgol ydych chi’n mynd, eich cyfeiriad, e-bost neu rif ffôn a pheidiwch ag anfon lluniau o’ch hun i neb. Os oes unrhyw un yn gofyn am wybodaeth o’r fath, dylech ddweud wrth eich mam neu’ch tad.
2. Mae’n wych gallu gwneud ffrindiau ar-lein ond PEIDIWCH BYTH â threfnu i gyfarfod rhywun rydych wedi sgwrsio ag ef neu hi ar-lein. Mae ffrindiau ar-lein yn dal i fod yn bobl ddieithr ac nid yw pawb yn dweud yn onest pwy ydyn nhw. Os ydych chi’n trefnu cyfarfod, cofiwch wneud yn siŵr bod eich mam neu’ch tad yn gwybod, AC fe ddylen nhw, neu oedolyn diogel arall, ddod gyda chi.
3. Peidiwch ag agor e-byst, negeseuon neu ffeiliau gan unrhyw un os nad ydych chi’n eu nabod. Gallant gynnwys firysau neu negeseuon cas.
4. Mae’r rhyngrwyd yn wych i chwilio am bethau ond nid yw popeth arno’n wir. Gwiriwch yr hyn rydych chi’n ei ddarllen drwy edrych ar wahanol wefannau, mewn llyfrau neu ofyn i’ch athro neu rywun sy’n gwybod.
5. Nid yw pawb sydd ar-lein yn dweud yn onest pwy ydyn nhw, a beth maen nhw’n ei wneud. Weithiau mae pobl yn defnyddio’r rhyngrwyd i fwlio, cynhyrfu neu frifo pobl. Y peth mwyaf diogel yw dim ond siarad â phobl ar-lein os ydych chi’n eu nabod mewn bywyd go iawn a gwneud yn siŵr bod eich rhieni’n gwybod pa ystafelloedd sgwrsio rydych chi’n eu defnyddio. Os oes rhywun ar-lein yn eich gwneud chi’n anghyffyrddus, yn gofyn i chi wneud rhywbeth dych chi ddim wir yn hapus yn ei wneud neu’n eich bwlio, dywedwch wrth eich mam neu’ch tad.
6. Os ydych chi’n poeni am rywbeth rydych wedi’i weld ar-lein neu rywbeth mae rhywun wedi’i ddweud wrthych chi ar-lein, gallwch roi gwybod amdano i’r CEOP (Child Exploitation and Online Protection) www.thinkuknow.net.

Cadw’n Ddiogel Ar-lein – Canllaw i Blant Hŷn

1. Gofynnwch i’ch rhiant/gofalwr bob tro am ganiatâd i fynd i ystafell sgwrsio. Mae angen bod yn siŵr mai dim ond ystafelloedd sgwrsio diogel sy’n cael eu rheoleiddio y byddwch yn eu defnyddio, sy’n cael eu rhedeg gan sefydliadau dibynadwy sy’n monitro gweithgarwch.
2. Pan fyddwch chi’n defnyddio ystafell sgwrsio, dylech gael llysenw. Peidiwch byth â rhoi unrhyw wybodaeth fel eich enw iawn, oedran, cyfeiriad, cyfeiriad e-bost, rhif ffôn, enw’ch ysgol neu grŵp ieuenctid/eglwys. Cofiwch fod ystafelloedd sgwrsio yn ‘lle cyhoeddus’. Fyddwch chi ddim yn gwybod pwy allai fod yno nac yn eu gweld.
3. Cadwch eich cyfrineiriau’n gyfrinachol, peidiwch â dweud wrth eich ffrindiau hyd yn oed.
4. Peidiwch â rhoi unrhyw wybodaeth os nad ydych chi’n hapus i’w rhoi. Os yw maes gorfodol gwefan yn gofyn am wybodaeth a’ch bod chi’n meddwl nad oes angen y wybodaeth honno, dylech adael.
5. Sgwrsiwch yn ddiogel - does dim modd i chi fod yn siŵr mai dim ond pobl yr un oedran â chi sydd mewn ystafell sgwrsio - efallai mai oedolyn sydd yno yn eich camarwain a’ch twyllo. Dylech flocio pobl sy’n gwneud i chi deimlo’n anghyffyrddus a pheidiwch â defnyddio ystafelloedd sgwrsio a gwefannau ‘dros 18 oed’ a rhannau eraill o’r rhyngrwyd sydd ar gyfer oedolion. Mae’r rhybuddion yno i’ch cadw chi’n ddiogel. Gall gwefannau oedolion gostio llawer mwy ar eich bil ffôn hefyd.
6. Dylech adael ystafell sgwrsio ar unwaith os oes rhywbeth yn eich poeni. Dywedwch wrth eich rhiant/gofalwr/arweinydd ieuenctid a dweud am unrhyw negeseuon di-chwaeth / agwedd wael

wrth ddarparwr y gwasanaeth sgwrsio / darparwr gwasanaeth rhyngrwyd. Mae angen i chi gadw'r sgyrsiau hynny fyddai'n profi bod rhywun wedi bod yn eich bwlio chi neu'n aflonyddu arnoch chi. Os ydych chi'n poeni am rywbeth rydych wedi'i weld ar-lein neu rywbeth mae rhywun wedi'i ddweud wrthych chi ar-lein, rhowch wybod i'r CEOP (Child Exploitation and Online Protection) www.thinkuknow.net <http://www.thinkuknow.net>.

7. Peidiwch ag anfon eich llun at neb trwy neges destun neu e-bost ac yn bendant peidiwch ag anfon lluniau rhywiol noeth, sy'n dangos eich corff. Ar y pryd, byddwch yn ymddiried yn y rhai sy'n eu derbyn, ond gall pobl weithiau ddefnyddio lluniau o'r fath i'ch bwlio pan nad ydych chi mwyach yn ffrindiau. Peidiwch â meddwl na fyddai hyn byth yn digwydd i chi.
8. Weithiau, bydd y bobl rydych chi'n cysylltu â nhw ar-lein yn wahanol i'r hyn maen nhw'n ymddangos. Nid yw pobl yn dweud y gwir bob tro ar-lein - does neb yn gallu eu gweld. Peidiwch â threfnu cyfarfod neb heb siarad â'ch rhiant/gofalwr yn gyntaf. Dylen nhw fynd gyda chi i'r cyfarfod cyntaf, a dylai'r cyfarfod bob tro fod mewn lle cyhoeddus.
9. Cymerwch ofal wrth gofrestru ar gyfer cystadlaethau ac ati. Gallech fod yn cofrestru ar gyfer gwasanaethau diangen. Peidiwch â rhoi manylion eich cerdyn credyd neu gyfrif banc heb ofyn i'ch rhiant/gofalwr yn gyntaf. Wrth dalu am rywbeth ar-lein, gwnewch yn siŵr bod symbol diogelwch cerdyn credyd ar y wefan - sef clo clap melyn. Mae hyn yn arwydd bod eich manylion yn ddiogel.
10. Peidiwch ag ymateb i e-byst neu negeseuon cas, awgrymog neu annymunol mewn grwpiau defnyddwyr ar y we a pheidiwch â 'Throlio' (rhoi negeseuon pryfoclyd i gynhyrfu pobl).

E-byst

1. Os cewch chi e-bost gan rywun dydych chi ddim yn ei nabod, peidiwch agor unrhyw ddolenni neu atodiadau. Efallai bod firws ynddyn nhw sy'n niweidio neu'n creu difrod i'r cyfrifiadur neu yn eich arwain i wefannau amhriodol neu anghyfreithlon.
2. Gwnewch yn siŵr bod gennych feddalwedd gwrth-firws ar eich cyfrifiadur.
3. Peidiwch ag anfon llythyrau cadwyn ar y rhyngrwyd – maen nhw wedi'u gwahardd. Os ydych chi'n derbyn un rhowch wybod i Ddarparwr Gwasanaeth eich Rhyngrwyd.
4. Mae twyll a sgamiau ar-lein yn gyffredin. Dylech amau pob e-bost sy'n dweud wrthych eich bod wedi ennill cystadleuaeth neu loteri os nad ydych wedi cystadlu. Os cewch gynnig sy'n ymddangos yn rhy dda i fod yn wir, mae'n annhebygol o fod yn wir!

Polisi'r Eglwys ar y Defnydd Derbyniol o TGCh

Os ydych chi'n defnyddio cyfarpar yr eglwys mae'n rhaid i chi ddilyn polisi'r eglwys ar y defnydd derbyniol o TGCh. Felly, ddylech chi ddim:

1. Chwilio am a/mynd ar wefannau pornograffig, hiliol neu sy'n ysgogi casineb.
2. Defnyddio TGCh a ddarparwyd gan yr eglwys i storio, arddangos a/neu ddarlledu deunydd pornograffig, rhywiaethol, hiliol, homoffobig neu dreisgar.
3. Anfon e-byst neu negeseuon post neu luniau ar unrhyw wefannau cyfryngau cymdeithasol neu ddefnyddio TGCh mewn unrhyw ffordd arall sy'n aflonyddu, bygwth, dychryn, bwlio, sarhau neu gam-drin unrhyw unigolyn neu grŵp.
4. Lawrlwytho, anfon a/neu losgi ar CD/DVD unrhyw gerddoriaeth, lluniau neu ffilmiau o'r rhyngrwyd heb ganiatâd deiliad yr hawlfraint.

5. Datgelu unrhyw wybodaeth bersonol yn ymwneud ag eraill heb ganiatâd e.e. cyfeiriadau (personol, e-bost neu negeseua), ffotograffau, rhifau ffôn neu fanylion banc.