SchoolBeat.org

Rhaglen Graidd Cyswllt Ysgolion Cymru Gyfan

Cylchlythyr

Gwanwyn 2017

Rhaglen Graidd Cyswllt Ysgolion Cymru Gyfan
All Wales School Liaison Core Programme

Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Annwyl Gydweithiwr

Gobeithio y cawsoch wyliau da dros wyliau'r hanner tymor.

Mae'r rhifyn hwn ar gyfer y Gwanwyn yn llawn o wybodaeth, cyngor a newyddion i'ch cefnogi chi a'ch ysgol. Erthygl Arbennig y tymor hwn yw:

Cofnodi Gorfodol LlORh.

Cynnwys...

ERTHYGL ARBENNIG
Cofnodi Gorfodol LlORh .... p 2-3

O dan y sbotolau – CSA Arwyddion a Symptomau .... p 4-5

Diogelu
Cyfarfod eich Swyddog Heddlu Cymunedol Ysgol .... p 6-7
Ar y MAES! .... p 7

Be sy'n newydd?
Astudiaeth Achos Bagloriaeth Cymru – Ysgol Friars .... p 8
Diweddariad Gwersi Camddefnyddio Sylweddau .... p 9
Y Ddeddf Sylweddau Seicoweithredol 2016 .... p 10

Cofnodi Gorfodol LlORh

> "Mae Llurguniad Organau Rhywiol Merched yn drosedd yn y DU. LlORh yw llurgunio organau rhywiol allanol marched am resymau sydd ddim yn rhai meddygol. Mae'n cael ei adnabod weithiau fel enwaediad benywaidd neu 'sunna'."
>
> Diffiniad y Swyddfa Gartref 2016

Ers 31ain o Hydref 2015, mae'n ofynnol i bob gweithiwr iechyd a gofal cymdeithasol ac athrawon hysbysu'r heddlu'n uniongyrchol os ydynt yn gwybod am unrhyw achos o LlORh neu fod gwybodaeth am achos wedi cael ei ddatgelu iddynt.

Mae'r Gweithdrefnau Amddiffyn Plant Cymru Gyfan, a fabwysiadwyd gan holl fyrddau diogelu yng Nghymru, yn cynnwys protocol penodol o ran LlORh.

Daeth Adran 130 i rym ym mis Ebrill 2016 ac mae'n mynnu bod 'partneriaid perthnasol' yr Awdurdod Lleol yn hysbysu'r Awdurdodau Lleol os oes ganddynt 'resymau rhesymol' i amau bod plentyn yn blentyn mewn risg (h.y. yn dioddef neu mewn risg o gamdriniaeth, esgeulustra neu ddulliau eraill o niwed, ac angen gofal a chefnogaeth).
Er mwyn cydymffurfio â'r dyletswyddau hyn, mae angen i weithwyr proffesiynol yng Nghymru sy'n adnabod achosion sy'n dod o dan amodau cofnodi gorfodol LlORh hysbysu'r Heddlu a'r Awdurdod Lleol o hynny.

Sut i riportio achos honedig o LIORh

- **Ffonio '101', y llinell di-frys N.B. Dylai pob galwad fod ar 101**
- Gwnewch gofnod o'r hyn a wnaethoch, a nodwch y cyfeirnod a roddwyd gan yr Heddlu.
- Cadwch gofnod manwl o unrhyw drafodaethau a phenderfyniadau yn unol ag arferion diogelu. Bydd hyn yn cynnwys yr amgylchiadau gwreiddiol pan gafodd yr achos o LIORh ei adnabod neu pan dderbyniwyd gwybodaeth amdano, manylion unrhyw gamau i ddiogelu, sut cafodd yr achos ei riportio i'r Heddlu.
- Trafodwch gyda'r Arweinydd Diogelu Lleol os oes yna gamau diogelu eraill i'w cymryd, a sut mae modd datblygu'r rhain.
- Gwnewch yn siŵr bod rhywun sydd â'r holl fanylion wrth law ar gael i drafod y mater ymhellach gyda'r prif ymchwilydd yr Heddlu.

Am gopi llawn o'r ddogfen 'Cofnodi Gorfodol LIORh – gwybodaeth gweithredu' ewch i:

https://www.gov.uk/government/publications/mandatory-reporting-of-female-genital-mutilation-procedural-information

Dyletswydd bersonol yw hon sy'n ei gwneud hi'n ofynnol i'r gweithiwr unigol a ddaw yn ymwybodol o achos i riportio hynny, ni ellir trosglwyddo'r cyfrifoldeb.

Am ragor o wybodaeth cysylltwch â'r cyrff isod:

Llinell Gymorth LIORh yr NSPCC

Ffôn: **0800 0283550**

Ebost: **fgmhelp@nspcc.org.uk**

Childline:

Ffôn: **0800 1111**

Gwefan: **www.childline.org**

O Dan y SBOTOLAU...

CSA

Gelwir Camddefnyddio Sylweddau Anweddol yn aml iawn yn CSA.

Mae sylweddau anweddol yn cynnwys llawer iawn o wahanol gynhyrchion fel nwyon, glud, a chwistrellwyr erosol. Mae gan yr holl gynhyrchion sy'n cael eu camddefnyddio eu defnydd priodol, cyffredin yn y cartref, sy'n golygu eu bod yn hawdd iawn i gael gafael arnyn nhw.

Pan mae sylweddau anweddol yn cael eu hanadlu maen nhw'n cael effaith debyg iawn i alcohol, gan wneud i bobl i deimlo'n ddireolaeth, benysgafn, ac yn chwil. Ond mae'r effaith maent yn eu cael ar y galon yn gallu arwain at farwolaeth, hyd yn oed y tro cyntaf i rywun eu defnyddio. Gelwir hyn yn Farwolaeth Arogli Sydyn. Mae yna rhwng 50 a 100 o farwolaethau yn flynyddol o ganlyniad i ddefnyddio sylweddau anweddol neu doddyddion eraill. Maen nhw i gyd bron yn digwydd oherwydd defnydd tymor-byr a'r rhan fwyaf ohonyn nhw yn eu harddegau.

Enwau ar y stryd:

Erosols, Glud, Gliw, ogleuo glud, synhwyro glud, ffroeni glud, sbrê, nwy, sniffio, gasio, ŵtio

Gall sylweddau anweddol gael yr effeithiau yma:

- Bod yn benysgafn, meddwl ar grwydr, pyliau o chwerthin.
- Cael trafferth meddwl yn iawn.
- Y synhwyrau yn cael eu pylu a'r corff yn adweithio'n llawer mwy araf gan wneud rhywun deimlo'n feddw.
- Hwyliau oriog, teimlo'n ymosodol a lledrithiau.
- Chwydu a llewygu.
- Yn ddibynnol ar y sylwedd - brech goch o gwmpas y geg a difrod i tu mewn y trwyn a'r pibellau anadlu.
- Ar ôl defnyddio – pen mawr, cur yn y pen drwg iawn, teimlo'n isel a blinder.

Adnodd newydd Re-solv ar gyfer pobol ifanc

Mae yna adnodd gwybodaeth newydd ar gael i bobol ifanc yn: **www.re-solv.org/healthy.** Ceir gwybodaeth ffeithiol yna am doddyddion, ocsid nitraidd a Sylweddau Seicoweithredol Newydd yn ogystal â chysylltiadau ar gyfer cymorth a chefnogaeth.

Risgiau cysylltiedig a sylweddau anweddol:

- Gan fod sylweddau anweddol ar gael yn hawdd mewn cynhyrchion sydd o gwmpas y cartref, cred rhai pobol eu bod yn ddiogel i'w defnyddio, ond nid ydynt. Maen nhw'n gallu lladd y tro cyntaf y cânt eu defnyddio.
- Mae sylweddau anweddol yn effeithio ar y gallu i bwyso a mesur, mae gwir berygl o wneud rhywbeth peryglus.
- Mae chwistrellu cynhyrchion nwy i lawr y gwddf yn beryglus iawn gan eu bod yn gwneud i'r gwddf chwyddo a gall hyn gyfyngu ar eich anadlu neu eich atal rhag anadlu.
- Maent yn arafu'r galon a gallant achosi trawiad y galon.
- Mae rhai defnyddwyr wedi marw drwy lewygu a thagu ar eu chŵyd eu hunain.

- Risg o fygu os ydych yn mewnanadlu o fag plastig dros eich pen.
- Bydd defnydd rheolaidd yn gwneud difrod i'ch ymennydd, cyhyrau, afu ac arennau.
- Mae damweiniau yn llawer mwy tebygol os ydych yn defnyddio toddyddion.
- Mae llawer o sylweddau anweddol yn fflamadwy, felly ceir risg o losgi a ffrwydradau, yn arbennig pan gyfunir hwy gydag ysmygu.
- Gall cymysgu sylweddau anweddol gydag alcohol gael canlyniadau difrifol, gan y cynyddir yr effeithiau a hefyd y risg o farw.

Y Gyfraith

18

Dosbarth: Di-ddosbarth

Mae'n anghyfreithlon i fanwerthwyr yng Nghymru a Lloegr werthu sylweddau anweddol i unrhyw un o dan 18 oed y maent yn amau sydd am eu defnyddio i'w ffroeni/ mewnanadlu.

Gwersi RhGCYCG

- **CA2 Isaf TASG: Gwers ar Dybaco, Gwybodaeth Alcohol a Thoddyddion**
- **CA2 Uwch: Be di'r broblem?**

Ymwelwch â'r adrannau athrawon a disgyblion ar ein gwefan am ragor o wybodaeth.

CYFARFOD EICH SWYDDOG HEDDLU CYMUNEDOL YSGOL

PC Catrin Brown, o Heddlu Gogledd Cymru, sydd yn trafod ei gwaith fel Swyddog Heddlu Cymunedol Ygolion (SHCY).

> “ Ein rôl ni ydi un o’r ychydig rai o fewn y gwasanaeth heddlu sy’n un ataliol, hefo’r canolbwynt ar ddiogelu ac addysgu plant, a’u hatal rhag dod yn rhan o’r system cyfiawnder troseddol. ”

“Rhan fwyaf o’r amser dwi’n cyflwyno sesiynau Rhaglen Graidd Cyswllt Ysgolion Cymru Gyfan. Rydym hefyd yn darparu sesiynau ar gyfer rhieni fel bo’r galw. Gallai hyn fod ar Ddiogelwch ar y Rhyngrwyd, neu am y Sylweddau Seicoweithredol Newydd sy’n achosi pryder.

Bydd natur y pynciau sy’n cael eu trafod hefo’r plant yn effeithio ar rai yn fwy nag eraill, yn ddibynnol ar eu profiadau neu hanes. Mae nifer o ddisgyblion wedi gwneud dadleniadau i mi yn dilyn sesiynau, ac mae’n beth braf eu bod nhw’n teimlo’n ddigon cyfforddus i drafod materion fel hyn gyda Swyddog Heddlu.

Yn dilyn dadleniad, rwyf bob tro’n siarad â phennaeth yr ysgol neu’r Uwch Berson

Mae natur ein rôl yn annog plant a phobol ifanc i fentro siarad hefo swyddogion heddlu heb fod yn bryderus.

Dynodedig (Swyddog Diogelu) ar gyfer yr ysgol, ac yn gwneud yr atgyfeiriadau perthnasol i’n Huned Amddiffyn Pobl Ddiamddiffyn. Fy mhrif amcan fydd sicrhau bod y person ifanc yn derbyn y gefnogaeth mae o / hi ei angen.

Mae bod yn gefnogol wrth blismona hefyd yn rhan bwysig o fy ngwaith, a dwi’n neilltuo amser i allu delio hefo digwyddiadau neu i drafod unrhyw bryderon fydd gan ysgolion am eu disgyblion. Mae digwyddiadau’n amrywio o fwlio ac ymosodiadau , i ladrata a digwyddiadau hiliol. Rwyf hefyd yn cynnal cyfarfodydd adferol hefo disgyblion fel ffordd o ddatrys gwrthdaro. Dwi hefyd yn croesawu mewnbwn rhieni i gefnogi eu plant.

Dwi’n cyfarfod yn rheolaidd â Thimau Plismona’r Gymdogaeth Leol er mwyn i ni allu rhoi cefnogaeth i’n gilydd. Bydd swyddogion lleol yn gadael i mi wybod am ddigwyddiadau o fewn y gymuned ac mi fyddai’n cynnal sesiynau ymyrraeth yn yr ysgolion os bydd angen.

> Os oes yna gynnydd mewn rhai mathau o droseddau sy’n ymwneud â phobol ifanc, fel ‘secstio’ er enghraifft neu ddwyn o siopau lleol, yna gallaf drefnu sesiynau ar y pwnc yna gyda’r grwpiau blwyddyn perthnasol.

Agwedd arall o fy rôl ydi gwaith amlasiantaeth, ac mae'n dda gweld cymaint o gyrff lleol a chenedlaethol yn cydweithio i roi cymorth i deuluoedd.

Mae yna hefyd sawl adran arall o'r Heddlu fyddai'n gweithio'n rheolaidd hefo nhw, fel Tîm Cyfiawnder yr Ifanc, y Tîm Atal Tanau Bwriadol, a'r Tîm Diogelwch Seiber. Rydym yn cydweithio i sicrhau fod pobol ifanc yn derbyn ymyraethau pwysig gyda'r amcan o'u hatal rhag troi at dorcyfraith yn y dyfodol.

Mae'r Rhaglen a'n rôl yn unigryw i Gymru ac yn un lle'r ydym ni'n ddigon ffodus i gael mewnbwn i fywydau miloedd o blant o'r feithrinfa i'r ysgol uwchradd.

Rydym yn sicrhau bod yna gysondeb o un flwyddyn i'r llall sy'n fodd i blant a phobol ifanc adeiladu hyder ac i ymddiried yn yr Heddlu fydd yn y pen draw yn talu ar ei ganfed ac yn cael dylanwad positif ar eu bywydau yn y dyfodol."

Ar y MAES

Roedd 2016 yn flwyddyn brysur i'r Rhaglen Graidd Cyswllt Ysgolion Cymru Gyfan. Mi wnaethom ymweld ag Eisteddfod yr Urdd yn y Fflint ym mis Mai ac yna'r Eisteddfod Genedlaethol yn Y Fenni ym mis Awst.

Yn ystod un o'n hwythnosau prysuraf ers blynyddoedd, cafodd staff y Rhaglen gyfle gwych i drafod materion hefo'r cyhoedd. Roedd ein Swyddogion HCY ar gael i esbonio am y math o wersi yr ydym yn ei cyflwyno, a daeth ein masgot cyfeillgar Tarian hefyd am drip i Ogledd Cymru. Manteisiodd Tarian ar y cyfle i fynd am dro o gwmpas y Maes hefo'i ffrindiau, er mwyn esbonio am y gwersi diogelwch mae'r Swyddogion Heddlu Cymunedol Ysgolion yn eu cynnig.

Daeth dros 130,000 o ymwelwyr i'r Eisteddfod Genedlaethol yn Y Fenni, lle'r oedd un o Orsafoedd Symudol Heddlu Gwent wedi ei gosod ger y Pafiliwn. Cafodd pobol ifanc ac oedolion y cyfle i gael cymryd eu holion bysedd, gwisgo fel swyddogion heddlu, cyflawni gweithgareddau a chasglu sticeri, pensiliau a beiros.

Roedd staff y Rhaglen Ysgolion yn gallu hyrwyddo'r RhGCYGG yn ystod y ddwy wythnos ac mi'r oedd yn codi calon rhywun i weld cymaint o bobol ifanc oedd yn siarad mor frwdfrydig am yr ymweliadau a'u hysgolion gan y Swyddog Heddlu Cymunedol yr Ysgol (SHCY). Dywedodd nifer o athrawon, rhieni ac oedolion pa mor werthfawr oedd y rhaglen a gwaith y SHCY yn yr ysgolion.

Beth sy'n newydd?

Astudiaeth Achos: Ysgol Friars, Bangor

Mae yna 190 o ddisgyblion mewn 8 dosbarth ym mlwyddyn 10 yn Ysgol Friars. Mae tîm o 4 o athrawon yn cyflwyno Bagloriaeth Cymru ar gyfer CA4.

Ar gyfer yr her 10 awr adran reoledig y cymhwyster - Addysgu a dysgu – bu'r disgyblion yn canolbwyntio ar ofyn 'Beth yw Cymuned?'

Cyflwynwyd ein gwers 'Achub fi'! gan PC Dylan Pritchard ynghyd a chefnogaeth gan asiantaethau eraill – er mwyn i ddisgyblion werthfawrogi cymhlethdod ac anghenion y gymuned eangach. Bu'r disgyblion wedyn yn ymchwilio ar sut i ddatblygu'r sgiliau perthnasol ar gyfer y gwaith.

I godi proffil yr her cyflwynodd PC Pritchard y briff gwaith ffurfiol am y tro cyntaf o wefan CBAC.

Penderfynodd y disgyblion wedyn are eu her gan ddatblygu eu dehongliad nhw o'r briff.

Her Cymunedol Bagloriaeth Cymru:

Addysgu pobol ifanc am beryglon trosedd ac anrhefn a 'r RhGCYCG.

> **"Mae disgyblion yn dysgu sgiliau bywyd gwerthfawr iawn drwy'r her gymunedol hon"**
> Neil Worthington, Ysgol Friars

Bu'r disgyblion yn ymchwilio i sawl ffynhonnell o wybodaeth gan gynnwys www.schoolbeat.org er mwyn adnabod materion sy'n effeithio ar bobol ifanc yn y gymuned.

Bu'r disgyblion wedyn yn cyflawni'r her dan arweiniad a goruchwyliaeth eu hathrawon a PC Pritchard. Ar gyfer yr Her Gymunedol 15 awr, cafodd y disgyblion y cynnig i weithio mewn grwpiau neu'n unigol cyn cynhyrchu adroddiadau ysgrifennedig ar eu gwaith. Gan fod y ffocws ar wella'r gymdogaeth bu'n fodd i hyrwyddo cysylltiadau hefo'r gymuned ehangach gan gynnwys gweithio gydag ysgolion cynradd. Dyma ymateb y disgyblion pan ofynnwyd iddyn nhw beth oeddent yn gobeithio ei gael o ganlyniad i'r her:

> **"Da ni yn gobeithio bydd pobol ifanc yn dod yn fwy ymwybodol o'r peryglon a chanlyniadau ymddwyn yn ddiofal."**

Enghraifft 1: Aeth un grŵp i ymweld ag ysgol gynradd i drafod 'diogelwch cymunedol' gyda'r disgyblion. Drwy ddefnyddio gemau a chwisiau buont yn canolbwyntio ar:

- Ddiogelwch ar y rhyngrwyd
- Perthnasau iach

Enghraifft 2: Aeth grŵp arall ati i edrych ar faterion sy'n wynebu pobol ifanc heddiw.

Roedd criw da o ddisgyblion blwyddyn 7 ag 8 wedi ymgynnull ar gyfer y cyflwyniadau amser cinio ar effeithiau a pheryglon defnyddio cyffuriau, a dywedodd nifer o'r disgyblion iau eu bod wedi elwa llawer o'r sesiynnau.

Am ragor o wybodaeth, ymwelwch ag adran Athrawon ein gwefan: www.schoolbeat.org

neu cysylltwch â Chydlynydd Rhanbarthol Gogledd Cymru: mannon.williams@nthwales.pnn.police.uk

Diweddariad gwersi

CAMDDEFNYDDIO SYLWEDDAU 2017

- CS: Pwy? Beth? Ble?
- CA2: Dy Ddewis Chi
- CA3: Meddwl am Yfed
- CA3: Dwbwl Trwbl
- CA3: Newydd a Niweidiol

Mae pump o'n gwersi camddefnyddio cyffuriau wedi cael eu diweddaru i adlewyrchu'r ddeddfwriaeth ddiweddaraf.

Mae'r adnoddau gwersi hefyd wedi cael eu diweddaru i gynnwys cyfleon dysgu a gweithgareddau newydd.

Gweithgaredd Continwwm

1. Mae moddion yn gyffuriau ond dydi pob cyffur ddim yn foddion
2. Gall yfed alcohol effeithio ar ymddygiad person
3. Mae ysmygu Canabis yn gyfreithlon
4. Mae'n anghyfreithlon rhoi tabledi sy'n perthyn i rywun arall i'ch ffrind
5. Efallai y bydd pobl ifanc yn cael eu dylanwadu arnyn nhw gan eu ffrindiau i gymryd cyffuriau
6. Mae cyffuriau yn newid y ffordd y mae eich meddwl a'ch corff yn gweithio

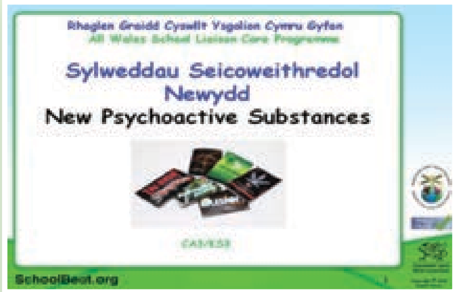
SchoolBeat.org

Dwbl Trwbl (gwers oedd yn rhan o CA4 gynt) wedi symud bellach i CA3 i adlewyrchu'r newidiadau diweddar yn y Rhaglen Graidd Cyswllt Ysgolion Cymru Gyfan.

Cofiwch hefyd bod yna adnoddau ychwanegol ar gael ar ein gwefan ar gyfer:

Am ragor o wybodaeth gofynnwch i'ch Swyddog Heddlu Cymunedol Ysgolion neu ymwelwch www.schoolbeat.org

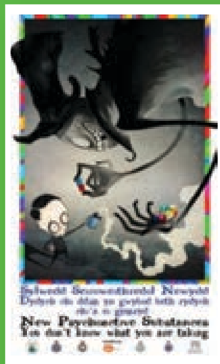
DEDDF SYLWEDDAU SEICOWEITHREDOL 2016



Daeth y Ddeddf Sylweddau Seicoweithredol i rym ar Fai 26ain 2016 ac mae'n rhoi gwaharddiad llwyr ar gynhyrchu, cyflenwi a mewnforio sylweddau seicoweithredol newydd. Mae'r ddeddfwriaeth hon yn gwneud unrhyw gyffuriau newydd fydd yn ymddangos ar y farchnad yn anghyfreithlon.

Mae perchnogion siopau offer cyffuriau a chyflenwyr eraill wedi gorfod addasu i'r ddeddf newydd ac ni allant bellach werthu cyffuriau allai fod yn beryglus. Mae'r Heddlu wedi bod yn gweithio gydag awdurdodau lleol i addysgu defnyddwyr a darpar ddefnyddwyr am y ddeddf newydd a'r peryglon o gymryd cyffuriau dieithr.

Mae gan Swyddogion bwerau i atal ac chwilio pobol, cerbydau a llongau, mynd i mewn i eiddo a chwilio gyda gwarant, ac i atafaelu a dinistrio sylweddau seicoweithredol.



Mae'r RhGCYCG newydd ddiweddaru eu gwers ar effeithiau andwyol Sylweddau Seicoweithredol Newydd, a lansiwyd yn wreiddiol ym mis Medi 2015. Mae disgyblion yn dysgu beth yw SSN, y gyfraith, ac yn cael dysgu sgiliau ar sut i wrthsefyll pwysau gan cyfoedion a lle i fynd am help a chymorth os ydynt ei angen.

"Mae'r heddluoedd wedi ymroi i leihau'r niwed sy'n cael ei achosi gan gyffuriau ond ni allem wneud hyn ein hunain; mae gwaith ataliol, addysg a'r gwasanaeth iechyd i gyd hefo rhan hanfodol i'w chwarae."

Y Pennaeth Simon Bray (Arweinydd Cyngor Cenedlaethol Prif Swyddogion yr Heddlu ar Sylweddau Seicoweithredol Newydd)