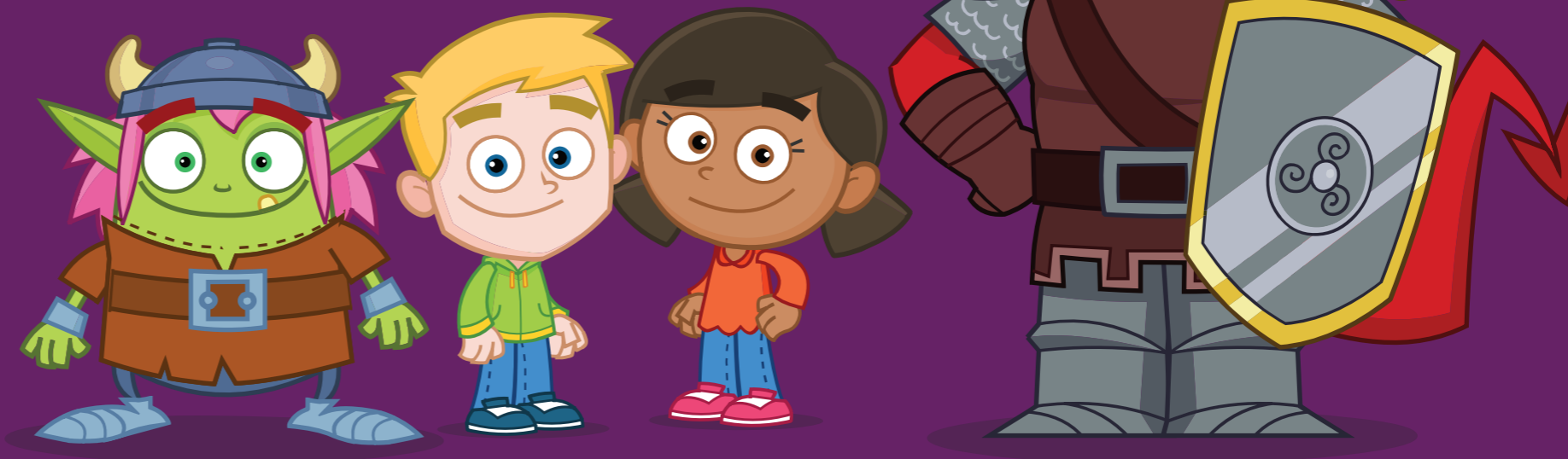
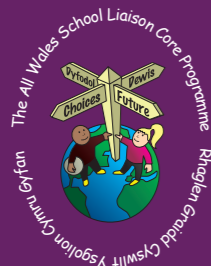


Byddwch yn Stay SMART!

ChildLine
0800 1111



cybermentors.org.uk



Saff - Cadwch yn saff a byddwch yn ofalus! Peidiwch â rhoi gwybodaeth bersonol megis cyfeiriad, e-bost, rhif ffôn, lluniau neu gyfrinair.



Safe - Keep safe and be careful! Don't give out personal information such as your address, email, phone number, photos or password.

Meddwl - Mae cwrdd â rhywun rydych chi'n ei nabod dim ond ar-lein yn beryglus. Cofiwch fod ffrindiau ar-lein yn ddieithriaid, hyd yn oed os ydych chi wedi bod yn siarad â nhw am amser hir. Rhaid dweud wrth oedolyn rydych chi'n ei ymddiried ynddo/i os yw rhywun ar-lein yn gofyn i gwrdd â chi.



Meeting - Meeting someone you only know online is dangerous. Remember online friends are strangers, even if you have been talking to them for a long time. You must tell a trusted adult if someone online asks to meet with you.

Aros - Peidiwch â derbyn negeseuon ar-lein gan bobl dydych chi ddim yn eu nabod. Maen nhw'n gallu cynnwys sylwadau cas.



Accepting - Don't accept messages online from people you don't know. They could contain nasty comments.

Rhaid cofio - Gall rhywun ar-lein ddweud celwydd am bwy ydyn nhw. Os ydych chi'n hoffi sgwrsio ar-lein, gwnewch hynny dim ond gyda ffrindiau a theulu rydych chi'n eu nabod yn y byd go iawn.



Reliable - Someone online might lie about who they are. If you like chatting online, only chat to friends and family you know in the real world.

Teimlo'n annifyr - Os yw rhywun neu rywbeth yn eich gwneud chi'n drist, gofidus neu ofnus, neu os oes rhywun rydych chi'n ei nabod yn cael ei fwlio ar-lein, dywedwch wrth oedolyn rydych chi'n ymddiried ynddo, eich rhiant, gofalwr, athro neu swyddog heddlu'ch ysgol.



Tell - If someone or something makes you feel sad, worried or scared, or if you or someone you know is being bullied online, tell an adult you trust, your parent, carer, teacher or your school police officer.