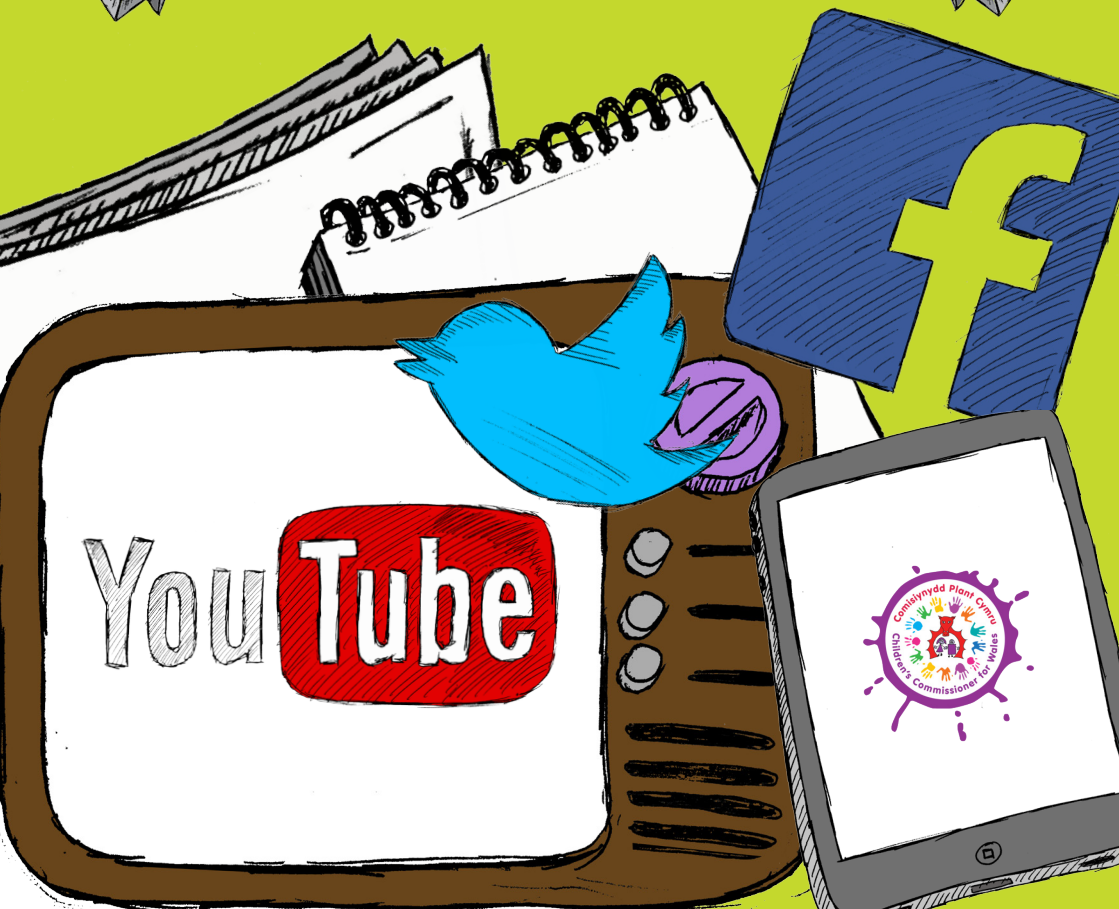


Canllaw cryno i gymunedau Sipsiwn a Theithwyr ar

# HERIO ADRODDIADAU **NEGYDDOL** YN Y CYFRYNGAU



# Amdanom ni

Mae Comisiynydd Plant Cymru eisiau i blant a phobl ifanc gael bywydau diogel, hapus. Rydyn ni'n gweithio dros bob plentyn a pherson ifanc yng Nghymru sydd o dan 18, neu hyd at 25 os ydyn nhw wedi bod mewn gofal.

## Rydyn ni'n:



**Cefnogi** plant a phobl ifanc i ddysgu am hawliau plant.



**Gwrando** ar blant a phobl ifanc i ddysgu beth sy'n bwysig iddyn nhw.



**Cynghori** plant, pobl ifanc a'r rhai sy'n gofalu amdanynt nhw os bydd angen help arnynt nhw gyda'u problemau.

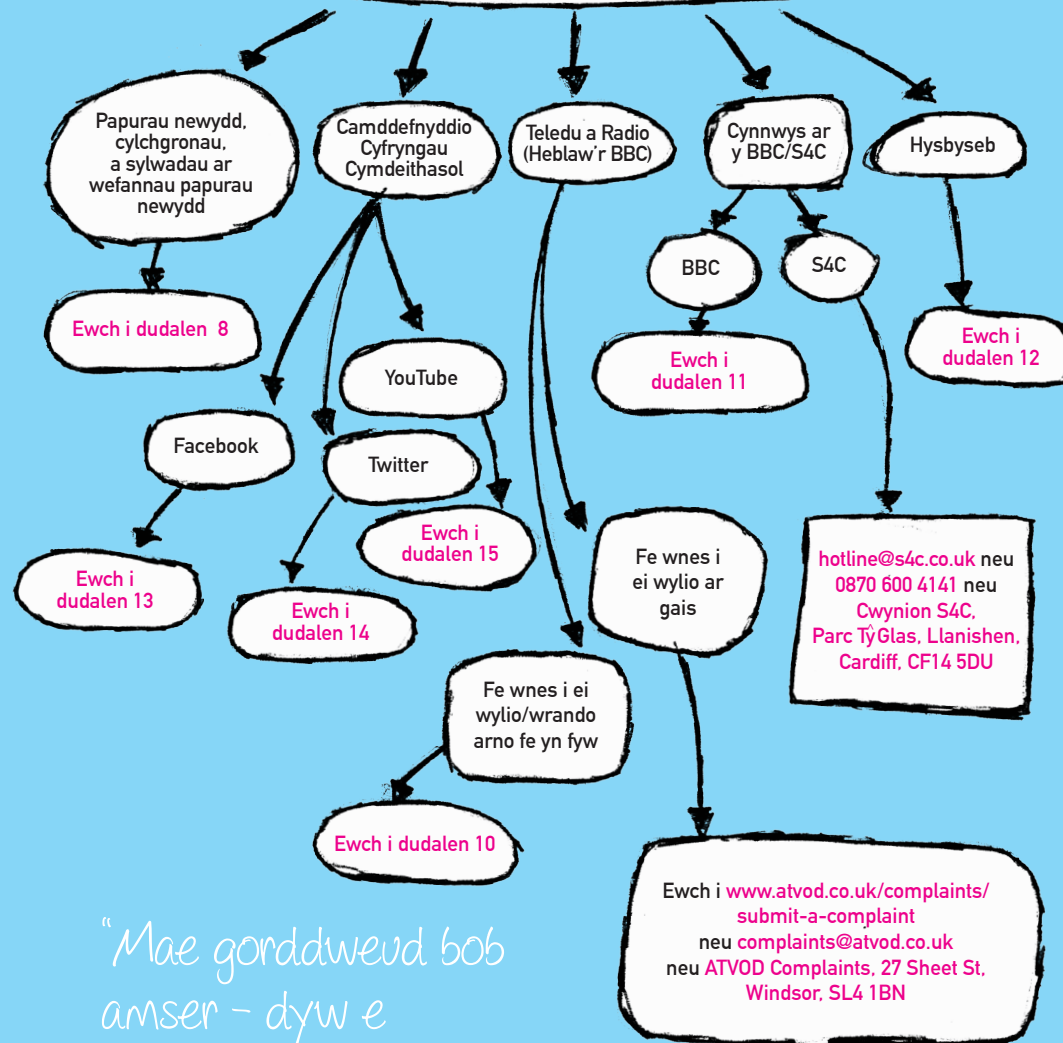


**Dylanwadu** ar wleidyddion i sicrhau eu bod nhw'n gwneud gwahaniaethau cadarnhaol i fywydau plant a phobl ifanc.



**Codi llais** dros blant a phobl ifanc yng Nghymru ar faterion pwysig – bod yn bencampwr i blant a phobl ifanc Cymru.

## Rydw i eisiau cwyno am



"Mae gorddweud bob amser - dyw e byth yn bositif"

Ewch i [www.atvod.co.uk/complaints/submit-a-complaint](http://www.atvod.co.uk/complaints/submit-a-complaint) neu [complaints@atvod.co.uk](mailto:complaints@atvod.co.uk) neu **ATVOD Complaints, 27 Sheet St, Windsor, SL4 1BN**

# Y canllaw

Mae'r canllaw hwn wedi cael ei lunio er mwyn i chi allu cymryd camau yn erbyn rhywbeth rydych chi wedi'i ddarllen mewn papur newydd, wedi'i weld ar y teledu neu'r rhyngwrdd, neu wedi'i glywed ar y radio os ydych chi'n teimlo ei fod yn sarhaus neu'n niweidiol.

Mae Sipsiwn a Theithwyr ymhlith y grwpiau sy'n diodde fwya o gamwahaniaethu yn y wlad: rydyn ni wedi clywed gan Sipsiwn a Theithwyr ifanc sy'n teimlo bod pobl yn edrych lawr arny'n nhw, eu bod nhw'n cael eu trin yn annheg, a'u bod yn cael eu cam-drin yn hiliol yn rheolaidd.

Un o'r rhesymau am hyn yw sut mae Sipsiwn a Theithwyr yn cael eu portreadu'n negyddol gan rai aelodau o'r cyfryngau yn y Deyrnas Unedig.

Mae aelodau ifanc o'r gymuned Sipsiwn a Theithwyr wedi dweud wrthy'n ni bod rhaglenni fel 'Big Fat Gypsy Weddings' Channel 4 a phapurau newydd fel y Daily Mail wedi gwneud i bob Sipsi a Theithiwr edrych fel pobl ddrwg, a hynny'n rheolaidd. Rydyn ni'n gwybod bod hyn yn annheg. A chithe hefyd, fwy na thebyg.

Oes rhaid i ni dderbyn *popeth* sy'n cael ei ddarlledu neu ei argraffu gan y cyfryngau? Nac oes. Allwn ni wneud gwahaniaeth? Gallwn. Ddylen ni? Yn bendant. Fel person ifanc sy'n byw yng Nghymru, mae gennych chi hawl i gael eich trin yn deg. Mae rhestr o hawliau o'r enw Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn, neu CCUHP, yn dweud bod gan bob plentyn a pherson ifanc hawl i gael eu hamddiffyn rhag camwahaniaethu, ac na ddylai'r cyfryngau gynhyrchu deunydd sy'n achosi niwedi i blant a phobl ifanc.

Mae CCUHP hefyd yn dweud bod hawl gan blant a phobl ifanc i gael clywed eu llais a'u barn.

Trwy ddweud na wrth adroddiadau negyddol, gallwn ni newid sut mae rhai newyddiadurwyr a chynhyrchwyr teledu yn gwneud i Sipsiwn a Theithwyr edrych.

Mae gwneud safiad yn erbyn y cyfryngau yn wir yn gweithio. Nôl yn 2012, cafodd hysbysebion oedd yn dangos Sipsiwn a Theithwyr mewn golau negyddol eu tynnu i lawr ar ôl i gannoedd o bobl gwyno wrth yr Asiantaeth Safonau Hysbysebu (ASA).

## Mae eich barn chi'n cyfri.

Gadewch i ni roi stop ar sut mae Sipsiwn a Theithwyr yn cael eu portreadu. Gadewch i ni helpu gwahanol gymunedau i ddeall a pharchu ei gilydd, a chyfrannu at fyd lle mae pobl yn cael eu barnu ar sail beth maen nhw'n ei wneud, nid o ble maen nhw'n dod.

## Geirfa:

**Camwahaniaethu** – Cael eich trin yn wahanol oherwydd pethau fel hil, oed, neu oherwydd eich bod chi'n ddyrn neu'n fenyw ac ati.

**Darlledu** – Cael ei ddangos gan y cyfryngau, yn arbennig y teledu a'r radio.

**Confensiwn** – Cytundeb rhwng gwledydd.

**Portread** – Sut mae pobl yn cael eu dangos neu eu disgrifio.

**Mythaw** – Cred sydd gan lawer o bobl, ond sydd ddim yn wir.

**Anghywir** – Ddim yn wir.

**Cyfleu** – cael ei ddangos neu ei ddisgrifio.

**Cyfrinachol** – Cael ei gadw'n gyfrinach.

# Pam mae'r canllaw yma i fi?

Rydyn ni eisïau i chi gael eich trin mor deg â phosib ym mhob rhan o'ch bywyd. Os ydych chi'n Sipsi neu'n Deithiwr ac rydych chi wedi cael eich trin yn wahanol oherwydd *pwys ydych chi - eich hil* - mae hynny'n golygu nad ydych chi'n cael eich trin yn deg o gwbl.

Mae'r cyfryngau'n cael effaith aruthrol ar sut mae pobl eraill yn gweld pethau ac yn meddwl amdanynt, ac mae hynny'r un mor wir am hil. Mae hynny'n golygu bod y portread negyddol o Sipsiwn a Theithwyr rydych chi'n ei weld neu ei glywed ar y teledu, y rhyngrwyd a'r radio yn cael effaith uniongyrchol ar fywydau *pob* Sipsi a Theithiwr. Mae'n gwneud i lawer o'r gymuned sefydledig feddwl bod Sipsiwn a Theithwyr yn union fel maen nhw'n aml yn cael eu dangos yn y cyfryngau: yn aml yn dreisgar, yn bobl allwch chi ddim ymddiried ynddyn nhw, yn debygol o ddwyn pethau, heb fod yn ddeallus, ac yn flêr.

*Gall* hyn niweidio cyfleoedd Sipsiwn a Theithwyr ifanc yng nghyd-destun gwneud cynnydd yn yr ysgol, cael swydd, neu hyd yn oed wneud ffrindiau.

Os ydych chi'n Sipsi neu'n Deithiwr, mae'n eitha tebygol bod hyn wedi effeithio arnoch chi.

## Beth allwch chi wneud?

Pan welwch chi rywbeth yn y cyfryngau sy'n sarhaus yn eich barn chi, neu rywbeth sy'n creu argraff wael ynghylch Sipsiwn a Theithwyr, codwch y canllaw hwn.

Dewiswch yr adran gywir, a dilynwch y cyfarwyddiadau i wneud cwyn.

Helpwch ni i roi stop ar yr adroddiadau negyddol am Sipsiwn a Theithwyr.

*Nawr.*

# Beth sy'n annerbyniol?

Mae hwnna'n gwestiwn anodd, a gall fod llawer o atebion gwahanol, yn dibynnu ar beth rydych chi wedi'i ddarllen neu ei wlyio. Os byddwch chi'n gweld neu'n clywed rhywbeth ac yn teimlo'n reddfol ei fod yn annerbyniol, dylech chi ei ddarllen neu ei wlyio eto (os gallwch chi). Os ydych chi'n dal i deimlo'r un fath, dylech chi gwyno.

Yn gyffredinol, os bydd darn yn y cyfryngau yn gwneud unrhyw un o'r pethau yma, efallai byddwch chi am gwyno:

- Mae'n portreadu Sipsiwn a Theithwyr yn gyffredinol mewn **ffordd wael**.
- Mae'n siarad am y ffaith bod y bobl dan sylw yn Sipsiwn neu'n Deithwyr pan **nad yw hynny'n bwysig i'r stori**.
- Mae'r ffeithiau'n cael eu **gorddweud**, i wneud i'r stori swnio'n waeth.
- Mae'n gwneud i'r bobl sy'n darllen, yn gwylio neu'n gwrandao deimlo **casineb** tuag at bob Sipsi a Theithiwr, neu beidio â'u hoffi.
- Mae'n chwarae ar **fythau** am Sipsiwn a Theithwyr sydd ddim yn wir.
- Mae'n defnyddio geiriau **sarhaus**.
- Mae'n defnyddio llun sydd **ddim yn ddisgrifiad cywir** o'r stori.
- Mae'n dweud bod pobl yn **gwneud pethau** oherwydd eu bod yn Sipsiwn (e.e. dwyn).

*"Rydyn ni'n teimlo ein bod ni'n cael ein hanwybyddu a'n hystyried yn ddiwerth"*



# Papurau newydd, cylchgronau a sylwadau ar wefannau newyddion / cylchgrawn.

*'Romany Gypsy offers £3,500 for a  
15-year-old wife for his son'*

Does dim ots mai Sipsi Romani yw'r dyn yma. Pa wahaniaeth fyddai'n gwneud tasech chi'n newid **'Romany Gypsy'** i **'Black person'**, **'Jew'**, **'Asian'** ac ati?

*'Operation Big Fat Gypsy Bare-knuckle Fight: Dozens of  
armed officers, dogs, a helicopter and EIGHTEEN police cars  
raid a Fight Club-style boxing match after violence breaks out  
among hundreds of travellers.'*

Nid yw'r ffaith mai Teithwyr ydyn nhw yn berthnasol. Mae'r priflythrennau ar gyfer **EIGHTEEN** yn gorbwysleisio graddfa'r broblem i'r darlennwyr. Mae defnyddio'r **'Big Fat'**, fel ar Channel 4, yn ategu'r mythau sydd eisoes wedi'u cadarnhau gan eu rhaglenni, a gallai wneud i bob darlennydd feddwl bod Sipsiwn a Theithwyr yn gyffredinol yn dreisgar.

*'TV documentary exposes how gypsies are happy  
to exploit British benefit system.'*

Mae'r pennawd yn awgrymu bod pob Sipsi'n **'ecsbloetio'r'** system fudd-daliadau. Hefyd does dim **'G'** fawr yn y gair 'gypsies'.

## Â PHWY dylech chi gysylltu, a SUT mae cwyno.

Yr enw ar y bobl sy'n ymchwilio i gwynion am y wasg (papurau newydd ac ati) a'r sylwadau a wneir ar wefannau newyddion a chylchgrawn yw'r Independent Press Standards Organisation (IPSO).

Yn ôl yr IPSO, ni ddylai'r wasg 'gyhoeddi gwybodaeth anghywir na chamarweiniol, gan gynnwys lluniau', ac ni ddylid cynnwys manylion hil person ond lle mae hynny'n 'wirioneddol bwysig i'r stori.'

Hefyd mae grŵp y National Union of Journalists (NUJ) yn ceisio sicrhau bod adroddiadau newyddiadurwyr mor deg a geirwir â phosibl. Yn ôl yr NUJ, dylai gwybodaeth gael 'ei chyfleu'n onest, a bod yn gywir ac yn deg' ac ni ddylai unrhyw beth sy'n 'debygol o arwain at atgasedd neu gamwahaniaethu' gael ei gyhoeddi.

Os gwelwch chi erthygl sy'n eich taro fel un sarhaus neu annerbyniol, dylech chi gysylltu'n gyntaf â'r person sydd wedi ysgrifennu'r erthygl, i gwyno. Fel arfer mae manylion yr awdur ar frig yr erthygl. Gallwch edrych hefyd ar ein tudalen **'Dolenni Defnyddiol'**, i gael hyd i gyfeiriad gwefan British Media Information, lle cechw fanylion cyswllt llawer o bapurau newydd, cylchgronau a darlledwyr teledu. Os na fyddan nhw'n ateb, os na allwch chi gael hyd i'w manylion, neu os methwch chi â chael y canlyniad roeddech chi'n gobeithio amdano, cysylltwch â'r IPSO. Bydd yr IPSO yn edrych ar gwynion cyn pen pedwar mis i gyhoeddi'r erthygl, neu 12 mis os yw'r gŵyn yn ymwneud ag erthygl ar wefan.

Dylai cwynion gael eu cyflwyno'n ysgrifenedig, gan ddefnyddio ffurflen ar-lein sydd ar gael yma:  
[www.ipso.co.uk/oxbApps/app/complaint1.html](http://www.ipso.co.uk/oxbApps/app/complaint1.html)

Hefyd gallwch chi e-bostio  
[complaints@ipso.co.uk](mailto:complaints@ipso.co.uk)

Ffônio  
0300 123 2220

Neu anfon cwyn drwy'r post i  
IPSO  
c/o Halton House  
20/23 Holborn  
London, EC1N 2JD

## Cwyno am sylw ar wefan papur newydd neu cylchgrawn

Defnyddiwch yr un camau ag uchod, ond gofalwch eich bod yn nodi'r URL (y cyfeiriad gwe ar frig y sgrîn, e.e. [www.url.com/website/complain](http://www.url.com/website/complain)) wrth wneud cwyn.

Dylech hefyd ddyfynnu'r sylw (air am air) neu ddefnyddio llun o'r sgrîn os ydych chi'n defnyddio'r ffurflen ar-lein i gwyno.

## Os gallwch chi:

- Dywedwch ydych chi wedi cysylltu â'r person a ysgrifennodd yr erthygl, ac os ydych chi, esboniwch beth ddwedson nhw.
- Dywedwch ble gwnaethoch chi ddarlenn yr erthygl rydych chi'n cwyno amdani (e.e. Daily Mail, The Sun).
- Dywedwch ar ba ddyddiad y cafodd ei chyhoeddi.
- Nodwch bennawd (teitl) yr erthygl.
- Dywedwch pam rydych chi'n cwyno (e.e. camwahaniaethu, hiliaeth).
- Dywedwch sut mae wedi effeithio arnoch chi.
- Dywedwch pam mae'n bwysig ei fod yn cael ei dynnu lawr.
- Rhowch eich manylion, gan gynnwys eich enw, eich cyfeiriad, eich rhif ffôn, eich cyfeiriad e-bost ac ati.

# Teledu a Radio

## (Heblaw'r BBC)

### Engbreiffiau

Efallai mai'r enghraifft fwyaf adnabyddus o bortreadu Sipsiwn a Theithwyr mewn ffordd negyddol yw rhaglen Channel 4, 'Big Fat Gypsy Weddings'. Ymhlith yr enghreifftiau eraill mae 'Gypsies on benefits and proud' ar Channel 5 a 'Gypsy Blood' ar Channel 4.

Mae'r rhaglenni yma'n gwneud i lawer o bobl feddwl bod pob Sipsi a Theithwyr yn debyg i'r bobl sy'n cael eu portreadu. Dydyn nhw ddim yn rhoi darlun cytbwys o fywyd Sipsiwn a Theithwyr, ac anaml y maen nhw'n canolbwyntio ar y pethau positif.

### Â PHWY dylech chi gysylltu a SUT mae cwyno

Ofcom (Y Swyddfa Cyfathrebiadau) sy'n ymchwilio i gwynion am raglenni teledu a radio sydd heb gael eu darlledu gan y BBC.

Dim ond â chwynion am raglenni sydd eisoes wedi cael eu darlledu mae Ofcom yn delio. Os bydd angen i chi gwyno am raglen cyn iddi fynd ar yr awyr, bydd angen i chi gysylltu â'r darlledwr yn uniongyrchol (e.e. Channel 4, ITV, Channel 5). Mae gan Ofcom set o reolau mae'n rhaid i bob darlledwr eu dilyn. Pwrpas y rheolau yw amddiffyn pobl rhag cynnwys a allai eu niweidio neu beri tramgwydd iddyn nhw.

Os ydych chi wedi gweld cynnwys sydd wedi'ch tramgwyddo, ceisiwch gysylltu â'r darlledwr yn uniongyrchol. Fe gewch hyd i'w manylion cyswllt trwy fynd i'n hadran 'Dolenni Defnyddiol' ac ymweld â gwefan British Media Information.



Os na chewch chi ymateb gan y darlledwr, neu os nad ydych chi'n fodlon ar eu hateb, defnyddiwch ffurflen gwynion ar-lein Ofcom.

Mae'r ffurflen gwynion ar gael yma  
[consumers.ofcom.org.uk/complain](http://consumers.ofcom.org.uk/complain)

Os ydych chi eisiau cwyno dros y ffôn, cysylltwch â  
0300 123 3333 neu 020 7981 3040.

I ysgrifennu at Ofcom, defnyddiwch  
Ofcom Riverside House  
2a Southwark Bridge Road  
London, SE1 9HA

### Pan ry'ch chi'n cysylltu â Ofcom, ceisiwch:

- Dywedwch beth oedd enw'r rhaglen.
- Dywedwch ar ba sianel roedd hi, ac ar ba ddyddiad y cafodd ei darlledu
- Dywedwch pam rydych chi'n cwyno
- Dywedwch sut mae wedi effeithio arnoch chi, neu sut gallai effeithio ar eraill.
- Gadewch eich manylion, fel bod modd cysylltu â chi.

# Teledu a Radio (BBC)

Mae gan y BBC hefyd set o reolau y mae'n rhaid i'w rhaglenni eu dilyn. Maen nhw'n dweud mai nod eu rhaglenni yw bod yn 'adlewyrchiad teg o holl bobl a diwylliannau'r Deyrnas Unedig'. Os ydych chi'n teimlo bod rhaglen deledu neu radio gan y BBC wedi methu â gwneud hynny, ac rydych chi eisiau cwyno, ewch i [www.bbc.co.uk/complaints/complain-online/](http://www.bbc.co.uk/complaints/complain-online/).

I gwyno dros y ffôn, cysylltwch ar  
03700 100 222.

I gwyno drwy'r post, ysgrifennwch i  
BBC Complaints  
PO Box 1922  
Darlington, DL3 0UR

# Hysbysebion

## Engreiffiau

Yn 2012 cafodd hysbyseb ei thynnu i lawr gan yr Asiantaeth Safonau Hysbysebu, neu ASA, oherwydd bod y lluniau yn debygol o beri tramgwydd. Roedden nhw'n dangos Sipsiwn a Theithwyr mewn golau negyddol trwy wneud i aelodau o'r gymuned edrych yn ymosodol ac yn dreisgar.

Mae'r ASA, yn delio gyda hysbysebion ar/mewn:

- Cylchgronau a phapurau newydd
- Radio a Theledu
- Gwefannau (e.e. baneri hysbysebu)
- Cyfryngau cymdeithasol (e.e. neges Drydar sy'n cael ei hyrwyddo)
- E-bost
- Posteri a thafenni

- Hysbysebion sinema
- Apiau ffonau clyfar
- DVDs a CD ROMs

I gwyno wrth yr ASA, defnyddiwch y ffurflen ar-lein sydd ar gael yma [www.asa.org.uk/Consumers/How-to-complain/Online-Form/Step1.aspx](http://www.asa.org.uk/Consumers/How-to-complain/Online-Form/Step1.aspx)

Fel arall, gallwch ffonio 020 7492 2222.

neu ysgrifennu at yr Advertising Standards Authority Limited  
Mid City Place  
71 High Holborn  
London  
WC1V 6QT

## Pan ry'ch chi'n cysylltu â'r ASA, ceisiwch:

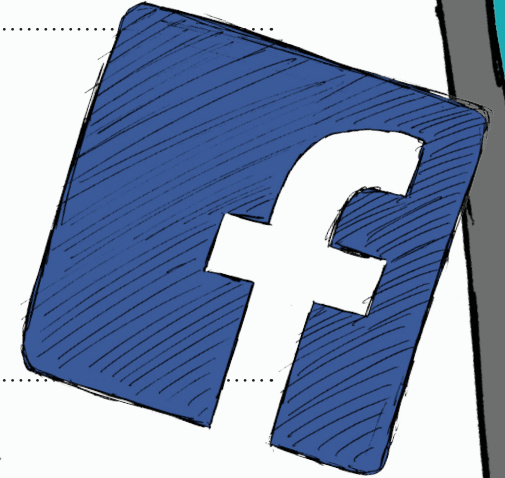
- Rhowch eich manylion (e.e. enw, cyfeiriad, rhif cyswllt, cyfeiriad e-bost).
- Dywedwch pa fath o hysbyseb rydych chi'n cwyno amdani (ar y teledu, ar y radio, mewn papur newydd, ar y rhyngwyd ac ati).
- Dywedwch ble gwnaethoch chi ei gweld/chlywed (e.e. ar Channel 4, yn y Daily Mail, ar Capital FM, ar [www.website.com](http://www.website.com)).
- Dywedwch pryd gwelsoch chi hi (amser a dyddiad).
- Os gwnaethoch chi ei gweld/chlywed ar y teledu/radio, dywedwch pa raglen roeddech chi yn ei gwyllo/gwrando arni ar y pryd (e.e. Coronation Street).
- Dywedwch pwy oedd yr hysbysebwr (e.e. Cadbury, Ford).
- Dywedwch beth oedd yn cael ei hysbysebu (e.e. rhaglen newydd, sebon, beic).
- Os ydych chi'n cwyno am wefan, ac rydych chi'n defnyddio e-bost neu'r ffurflen ar-lein, cofiwch gynnwys llun sgrîn o'r hysbyseb.
- Dywedwch beth oedd yn dramgwyddus am yr hysbyseb.
- Dywedwch pa effaith mae'n ei chael ar Sipsiwn a Theithwyr.
- Dywedwch pam mae'n bwysig tynnu'r hysbyseb i lawr.

## Cyfryngau Cymdeithasol

### Engraifft Facebook

*'Shouldn't think the pikies give a monkeys just so long as they got some money for doing sod all.'*

Mae'r postiad yma'n cynnwys gair tramgwyddus, sarhaus, ac yn awgrymu bod pob Sipsi a Theithiwr yn twyllo'r system yn ariannol.



### Sut mae cwyno

#### I roi gwybod am broffil, tudalen neu ddiwyddiad

Cliciwch neu tapiwch ar y botwm 'More' (symbol y tri dot) yng nghornel dde uchaf y dudalen. Dewiswch 'Report' o'r gwymplen a dilynwch y cyfarwyddiadau.

#### I roi gwybod am bostiad (statws, dolen ac ati)

Ccliciwch neu tapiwch ar y saeth sy'n pwyntio i lawr (v) yng ngornel dde uchaf y postiad. Dewiswch 'I don't want to see this' neu 'I don't like this post' o'r gwymplen a dilynwch y cyfarwyddiadau.

#### I roi gwybod am sylw

Cliciwch ar y groes fach yng nghornel dde uchaf y bocs sylwadau. Cliciwch ar 'Report' a dilynwch y cyfarwyddiadau. Os ydych chi'n defnyddio ffôn clyfar neu dabled, bydd angen i chi bwysu ar y sylw i gael gweld yr opsiynau.

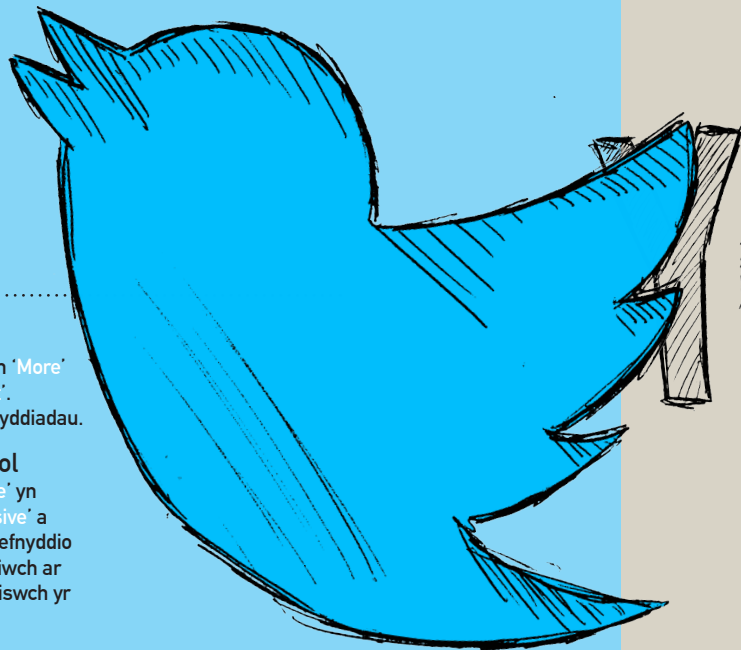
#### I roi gwybod am lun neu fideo.

Cliciwch ar y llun neu'r fideo i'w wneud yn fwy. Cliciwch ar yr opsiynau ar waelod y llun/fideo, dewiswch 'Report' a dilynwch y cyfarwyddiadau. Os ydych chi'n defnyddio ffôn clyfar neu dabled, tapiwch ar y botwm 'More' ar y gwaelod, a dewiswch 'I don't like this photo'.

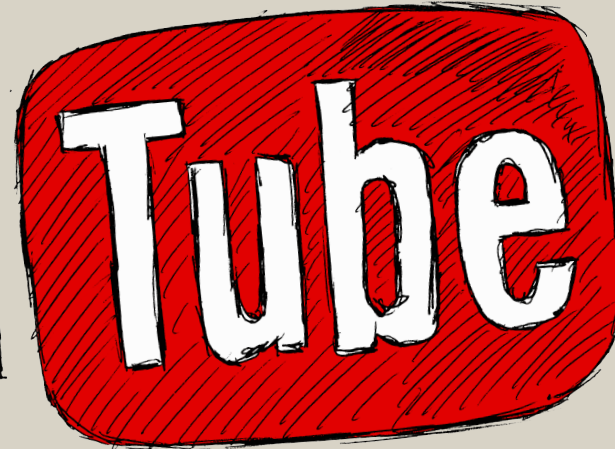
#### I roi gwybod am neges rydych wedi'i derbyn

Agorwch y neges, cliciwch ar yr olwyn 'Options' a dewiswch 'Report as spam or abuse'. Os ydych chi'n defnyddio ffôn clyfar, agorwch y neges a thapiwch ar y botwm 'More' yn y gornel dde uchaf. Dewiswch yr opsiwn 'Report' o'r gwymplen a dilynwch y cyfarwyddiadau.





You



### I roi gwybod am tweet

Agorwch hi, cliciwch neu tapiwch ar y botwm 'More' (yr un â thri dot) a dewiswch 'Block or report'. Dewiswch 'File a report' a dilynwch y cyfarwyddiadau.

### I roi gwybod am neges uniongyrchol

Agorwch y neges a dewiswch y botwm 'More' yn y gornel dde uchaf. Dewiswch 'Mark as abusive' a dilynwch y cyfarwyddiadau. Os ydych chi'n defnyddio ffôn clyfar neu dabled, agorwch y neges, tapiwch ar y sylw sarhaus a dal eich gafael arno, a dewiswch yr opsiwn 'Flag', ac yna 'Mark as abusive'.

### I roi gwybod am broffil/ddefnyddiwr

Agorwch broffil y defnyddiwr a thapio neu glicio'r eicon gêr. Dewiswch 'block or report' a dilynwch y cyfarwyddiadau.

**I roi gwybod am fideo**, cliciwch neu tapiwch ar y botwm tri dot yn ymyl y fideo, dewiswch 'Report' o'r ddewislen, a dilynwch y cyfarwyddiadau.

**I roi gwybod am sylw ar fideo**, cliciwch ar y triogl sy'n wynebu i lawr yng nghornel dde uchaf y bocs sylwadau i weld yr opsiynau. Cliciwch ar 'Report as spam or abuse' a dilynwch y cyfarwyddiadau. Os ydych chi'n defnyddio ffôn clyfar neu dabled, tapiwch ar y sylw ei hun, dewiswch 'Report' a dilynwch y cyfarwyddiadau.

**I roi gwybod am sianel neu ddefnyddiwr**, ewch i dudalen y sianel, cliciwch ar 'About' a cliciwch ar yr eicon baner. Cliciwch ar 'Report user' a dilynwch y cyfarwyddiadau.

"Rydw i'n falch o fod yn Sipsi, oherwydd dyna fy rheulu. Rydych chi'n cael eich geni mewn iddo fe, ac mae fy rheul i'n fy ngwneud i'n falch."

"Anaml mae gweithredoedd gwych, positif y gymuned yma'n cael sylw cyhoeddus"

## Rhwydweithiau cymdeithasol eraill

Fel arfer, bydd gan y rhwydwaith rydych chi'n ei ddefnyddio weithdrefn ar gyfer delio gyda chwynion. Dylai chwilio ar Google o dan: '[report abuse on \\*name of social network\\*](#)' roi'r wybodaeth angenrheidiol i chi.

Os cewch chi drafferth dod o hyd i'r wybodaeth, mae croeso i chi gysylltu â ni.

Comisiynydd Plant Cymru  
Ty Ystumllwynarth  
Ffordd Phoenix  
Llansamlet  
Abertawe, SA7 9FS

01792 765600

[post@complantcymru.org.uk](mailto:post@complantcymru.org.uk)



## Beth os bydd angen help arna i?

Rydyn ni'n gobeithio bod y canllaw yma wedi rhoi'r wybodaeth angenrheidiol i chi fferu herio adroddiadau negyddol yn hyderus.

Ond os bydd angen help arnoch chi gyda chwyn, neu ragor o wybodaeth, gallwch gysylltu â gwasanaeth cyngor a chymorth Comisiynydd Plant Cymru, sydd ar gael am ddim ac yn gyfrinachol. Mae yno i helpu a chefnogi plant a phobl ifanc neu'r rhai sy'n gofalu amdany'n nhw os byddan nhw'n teimlo bod plentyn neu berson ifanc wedi cael ei drin yn annheg.

## Gallwch gysylltu â ni fel hyn

**Twitter:** @complantcymru

**Phone:** 0808 801 1000 (Rhadffôn)  
neu 01792 765600

**Email:** [post@complantcymru.org.uk](mailto:post@complantcymru.org.uk)

**Post:** Comisiynydd Plant Cymru  
Tŷ Ystumllwynarth  
Ffordd Phoenix, Llansamlet  
Abertawe, SA7 9FS

Cofiwch, ddylech chi byth gael eich trin yn wahanol oherwydd eich hil.

Pan welwch chi rywbeth niweidiol, codwch y llyfryn yma, a gwnewch wahaniaeth.

---

## Dolenni defnyddiol

Nodyn: Yn y dyfodol mae'n debygol y gallai'r holl ddolenni yn y canllaw hwn newid. Os byddwch chi'n dilyn dolen ac mae wedi symud, naill ai dilynwch y cyfarwyddiadau ar y sgrîn i gael hyd i'r cyfeiriad newydd neu teipiwch y geiriau sydd wedi'u tanlinellu i mewn i beiriant chwilio, fel [Google](#).

**Gwefan British Media Information** (Manylion cyswllt ar gyfer papurau newydd, cwmnïau teledu ac ati) [www.media.info/uk](http://www.media.info/uk)

### Côd Ymarfer Golygyddion

(Rheolau y dylai pob newyddiadurwr eu dilyn) [www.ipso.co.uk/IPSO/cop.html](http://www.ipso.co.uk/IPSO/cop.html)

### Côd Darlledu Ofcom

(Rheolau y dylai darlledwyr teledu a radio eu dilyn) [www.stakeholders.ofcom.org.uk/broadcasting/broadcast-codes/broadcast-code/](http://www.stakeholders.ofcom.org.uk/broadcasting/broadcast-codes/broadcast-code/)

### Codau hysbysebu'r Deyrnas Unedig

[www.cap.org.uk/Advertising-Codes.aspx](http://www.cap.org.uk/Advertising-Codes.aspx)

### Telerau gwasanaeth Facebook

[www.facebook.com/legal/terms](http://www.facebook.com/legal/terms)

### Telerau gwasanaeth Twitter

[www.twitter.com/tos](http://www.twitter.com/tos)

### Canllawiau cymuned YouTube

[www.youtube.com/t/community\\_guidelines?hl=en-GB&gl=GB](http://www.youtube.com/t/community_guidelines?hl=en-GB&gl=GB)

### Rheolau a Chanllawiau ATVOD

[www.atvod.co.uk/rules-and-guidance](http://www.atvod.co.uk/rules-and-guidance)

### Canllawiau golygyddol y BBC

[www.bbc.co.uk/editorialguidelines/guidelines/](http://www.bbc.co.uk/editorialguidelines/guidelines/)

### Fforwm Travelling Ahead

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

### Achub y Plant

[www.savethechildren.org.uk/where-we-work/united-kingdom/wales](http://www.savethechildren.org.uk/where-we-work/united-kingdom/wales)

Diolch i Sipsiwn a Theithwyr ifanc Cymru, yn arbennig disgyblion Ysgol Greenhill, Dinbych-y-Pysgod, a fforwm Travelling Ahead, am rannu'r syniadau a'r safbwyntiau a gyfrannodd at y canllaw hwn.