

Mater y Mis – Mawrth 2026



**Comisiynydd
Plant Cymru**
Children's
Commissioner
for **Wales**

@complantcymru
@childcomwales

comisiynyddplant.cymru
childrenscommissioner.wales



Mis diwethaf, gofynnon ni i chi am
**chwarae ac ymlacio yn ystod
tymor y Gaeaf..**

Dyma beth clywsom ni:



**Comisiynydd
Plant Cymru**
Children's
Commissioner
for Wales

Diolch i bawb a ddywedodd wrthym am chwarae yn ystod misoedd y gaeaf, dyma beth wnaethon ni ei ddarganfod:



- Dydy llawer ohonoch chi ddim yn chwarae cymaint y tu allan yn ystod misoedd y gaeaf oherwydd ei bod hi'n rhy dywyll a gwlyb.



- Mae'r rhan fwyaf ohonoch chi'n teithio i lefyd trwy gael lifft gan oedolyn yn y car a dywedodd llawer ohonoch chi trwy gerdded neu feicio gyda ffrind.



- Dywedodd llawer byddai'n haws treulio amser gyda ffrindiau yn ystod y gaeaf pe bai mwy o lochesi mewn parciau awyr agored a goleuadau stryd gwell.

@complantcymru
@childcomwales

comisiynyddplant.cymru
childrenscommissioner.wales



Mae Mater y Mis Mawrth am **ddefnydd**
plant o gyfryngau cymdeithasol.

Erthygl 17: Mae gen i hawl i gwrdda ffrindiau ac i ymuno a grwpiau.

Erthygl 19: Mae gen i hawl i gael fy amddiffyn rhag niwed neu driniaeth wael.

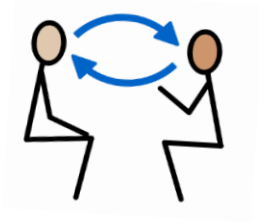
@complantcymru
@childcomwales

comisiynyddplant.cymru
childrenscommissioner.wales



Linc i'r fideo: <https://youtu.be/qGEATeYPXv0>

Trafodwch fel pâr neu fel grŵp:

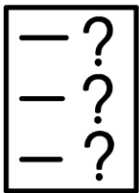


- Ydych chi'n defnyddio unrhyw gyfryngau cymdeithasol?
- Ydych chi erioed wedi teimlo'n anniogel neu'n anhapus ar-lein?
- Ydych chi'n meddwl ei bod hi'n syniad da cael stopio plant dan 16 oed ddefnyddio cyfryngau cymdeithasol?

@complantcymru
@childcomwales

comisiynyddplant.cymru
childrenscommissioner.wales

Mae deunyddiau ategol ar ein tudalen gwe i blant ag anghenion dysgu ychwanegol



Rhannwch eich syniadau gyda ni drwy ddefnyddio'r cod QR neu'r [ddolen arolwg](#)

(Gall pob person ifanc wneud hyn yn unigol neu gall oedolyn ei wneud ar ran y grwp)



**Comisiynydd
Plant Cymru**
Children's
Commissioner
for Wales

Linc i'r holiadur - <https://online1.snapsurveys.com/cf6w7u>

Os ydych chi'n poeni am unrhyw beth ar ôl sesiwn heddi, dylech **siarad ag oedolyn** rydych chi'n ymddiried ynddo



Gallech hefyd gysylltu â'n tîm Cyngor a chymorth:

- 0808 801 1000
- cyngor@complantcymru.org.uk
- www.complantcymru.org.uk



**Comisiynydd
Plant Cymru**
Children's
Commissioner
for Wales

Gallech hefyd gysylltu a siarad gyda:

Childline – 0800 1111

Meic – 080880 23456



Diolch!

Bydd Mater Mis nesaf ar gael ar ein gwefan ar
Ddydd Mawrth, Ebrill y 7ed



**Comisiynydd
Plant Cymru**
Children's
Commissioner
for Wales