

Awgrymiadau ar eich cyfer pan ddewch i gysylltiad â phobl ifanc



Prif awgrymiadau

Cofiwch fy mod yn ifanc – efallai mai dyma fy nghyswllt cyntaf â'r heddlu, efallai nad wyf yn ymwybodol o'm hawliau, efallai fod arnaf ofn, ac efallai na fyddaf yn ymateb yn yr un ffordd ag y byddai oedolyn yn yr un sefyllfa.

Peidiwch â thybïo fy oedran ar sail fy ymddangosiad – fe allwn fod yn iau na'r disgwyl. Gofynnwch i mi os nad ydych yn siŵr.

Siaradwch â mi mewn ffordd y gallaf ddeall beth yr ydych yn ei ddweud – peidiwch â chymryd yn ganiataol fy mod yn siarad Cymraeg yn rhugl. Defnyddiwch Gymraeg clir, ond peidiwch ag edrych i lawr arnaf.

Peidiwch â chymryd arnoch eich bod yn deall – ceisiwch weld y darlun cyfan, deallwch fy safbwynt, sut yr wyf yn teimlo, a beth sydd arnaf ei angen. Ceisiwch beidio â llunio rhagdybiaethau am fy rhan yn rhywbeth nes byddwch wedi cael tystiolaeth.

Cyfeiriwch fi at gefnogaeth a all fod ar gael i mi – boed hynny'n oedolyn priodol, neu gefnogaeth gan asiantaeth neu sefydliad arall.

Gwnewch yn siŵr fy mod yn ddiogel – os byddwch yn meddwl fy mod yn fregus neu mewn perygl o niwed, gofynnwch i mi a oes angen rhywbeth arnaf, neu a oes rhywbeth y gallwch ei wneud i helpu.

Myfyriwch ar eich cyswllt â phobl ifanc – meddyliwch a oes unrhyw beth y gallech ei wneud yn wahanol y tro nesaf y byddwch yn yr un sefyllfa.



Os ydych yn fy stopio a'm chwilio neu yn defnyddio stopio ac adrodd

Byddwch yn sensitif gyda lle'r ydych yn fy stopio – peidiwch â chodi cywilydd arnaf o flaen ffrindiau, teulu neu gydweithwyr.

Dywedwch wrthyf pam eich bod yn fy stopio – defnyddiwch GOWISELY a gwirio fy mod yn deall beth yr ydych wedi ei ddweud wrthyf.

Dywedwch wrthyf a ydych yn cofnodi'r stopio ar fideo ar y corff.

Dangoswch barch ataf i – peidiwch ag edrych i lawr arnaf na bod yn ymosodol.

Rhowch gofnod o'r stopio i mi neu dywedwch wrthyf lle y gallaf ei gael.

Gadewch i mi wybod sut y gallaf roi adborth – dywedwch wrthyf sut y gallaf gyflwyno cwyn neu roi adborth os gallwch weld fy mod yn anfodlon.

Os na fyddwch yn dod o hyd i unrhyw beth, ymddiheurwch neu diolchwch i'r unigolyn ifanc am ei amser a'i gydweithrediad.



Os byddwch yn dod i'm cartref i ymdrin â mater sy'n ymwneud â rhywun arall

Cofiwch eich bod yn dod i mewn i gartref rhywun a gofod personol rhywun – efallai na fydd pobl yn croesawu eich presenoldeb bob amser, fe all beri gofid, pryder neu wneud rhai pobl yn flin.

Meddyliwch sut yr ydych yn ymdrin â'r bobl sy'n bresennol – byddwch yn dawel, esboniwch beth sy'n digwydd, dangoswch barch at bobl, a meddyliwch sut mae'n effeithio ar bobl eraill nad ydynt yn ymwneud yn uniongyrchol â'r digwyddiad.

Ceisiwch osgoi llunio rhagdybiaethau – peidiwch â chymryd bod pawb yn y tŷ yn droseddwr neu ynghlwm â'r hyn sydd wedi digwydd.



Os ydych chi'n credu eich bod wedi fy ngweld neu wedi ymwneud â mi o'r blaen

Peidiwch â dod i gasgliadau'n rhy gyflym – cadwch feddwl agored. Efallai nad wyf wedi gwneud unrhyw beth o'i le.

Peidiwch â llunio barn amdanaf ar sail y rhai yr wyf ynghlwm â nhw – bydd pobl yn fy nheulu, pobl yr wyf wedi fy magu hefo nhw, neu bobl yn fy nghymdogaeth sydd ynghlwm â phethau nad wyf i'n rhan ohonynt neu nad wyf yn cytuno â nhw.



Os eir â fi i ddalfa'r heddlu

Ystyriwch ai'r ddalfa yw'r lle cywir i mi – ceisiwch gadw fy amser yn y ddalfa cyn fyrred â phosibl.

Gwnewch yn siŵr fod gennyf gefnogaeth briodol – rhowch fynediad i mi at oedolyn priodol neu unrhyw gefnogaeth arall y gall fod arnaf ei hangen.

Esboniwch beth yw fy opsiynau – dywedwch wrthyf pryd y gallaf alw fy rhieni neu ofalwyr.

Esboniwch fy hawliau – cofiwch y gall hwn fod y tro cyntaf i mi fod yn y ddalfa.

Esboniwch sut y gallaf gysylltu â chi pan fyddaf yn y gell, pryd y byddaf yn cael bwyd a diod, pryd y byddwch yn cadw golwg arnaf, sut y gallaf ddefnyddio cyfleusterau ymolchi neu gael deunyddiau misglwyf, a beth i'w wneud os byddaf yn teimlo'n sâl.

Peidiwch â bod ofn gofyn i mi sut yr wyf yn teimlo – efallai na fyddaf yn dawel a chwrtais bob amser ond gall eich helpu i ddynodi a wyf yn fregus, mewn gofid neu yn cael trafferth ymdopi â'm hamser yn y ddalfa.

Os oes sŵn ac ymyrraeth yn rhywle arall yn y ddalfa, gwiriwch sut y mae wedi effeithio arnaf i pan fydd yn ddiogel a phriodol gwneud hynny.



Os ydw i'n ddiodefwr trosedd

Gwrandewch arnaf a'm cymryd o ddifrif.

Ceisiwch gydnabod y dewrder a gymerwyd i mi ddweud wrthyf am yr hyn sydd wedi digwydd – ceisiwch osgoi codi cywilydd arnaf a'm beio i.

Cadwch feddwl agored – peidiwch â defnyddio fy ngorffennol i'm beirniadu.

Gwnewch yn siŵr eich bod yn rhoi digon o wybodaeth i mi – rhowch wybod i mi beth i'w ddisgwyl o'r broses, a rhowch wybod i mi am unrhyw gynnydd.



Os hoffech fy nghynnwys yng ngwaith goruchwylio ac archwilio arfer yr heddlu

Helpwch fi i gymryd rhan go iawn – rhowch gefnogaeth a hyfforddiant addas i mi, a meddyliwch sut y gallwch gael gwared ar y rhwystrau a all fy atal rhag cymryd rhan yn llawn.

Parchwch fi, fy syniadau, a'm profiadau bywyd – peidiwch â bod yn nawddoglyd neu edrych i lawr arnaf. Cydnabyddwch y gallaf fod wedi profi pethau nad ydych chi wedi'u profi, ac nad ydych yn gwybod amdanynt.

Byddwch yn gynhwysol – ceisiwch gynnwys amrywiaeth eang o bobl ifanc. Peidiwch â thargedu'r gwirfoddolwyr amlwg yn unig, ond edrychwch ar sut y gall pobl ifanc gael gwared ar y rhwystrau sy'n atal pobl ifanc rhag cymryd rhan.

Cynhwyswch pobl ifanc wrth ddylunio a chyflwyno prosiectau – gofynnwch i ni sut yr ydym am gyfrannu, sut y mae rhywbeth da yn edrych i ni, a meddyliwch sut y gallwn gael budd o gyfrannu.

Byddwch yn realistig am yr effaith y gallwn ei chael – helpwch ni i ddeall sut y gallwn wneud gwahaniaeth, a bod yn realistig am y cyfyngiadau.



Os byddaf mewn argyfwng

Gofalwch fy nhrin yn dawel a sensitif – cydnabyddwch y gallai fod arnaf ofn, fy mod mewn gofid neu yn flin.

Gwnewch yn siŵr fy mod yn ddiogel – helpwch fi i gael y gefnogaeth sydd ei hangen arnaf, a chanolbwyntiwch ar ddatrysiad.

Esboniwch beth sy'n digwydd – dywedwch wrthyf beth yw fy opsiynau, beth sy'n mynd i ddiogelwch nesaf, a pha gefnogaeth sydd ar gael i mi.



Os byddaf am gyflwyno cwyn neu roi adborth am fy nghyswllt â'r heddlu

Gwnewch yn siŵr bod gwybodaeth yn rhydd ei chael ynglŷn â sut allaf gwyno neu roi adborth – gall hyn gynnwys bod yn weladwy ar ffurflenni stopio a chwilio, yn y ddalfa, mewn swyddfeydd blaen swyddfeydd yr heddlu, ar wefanau heddluoedd, neu fannau eraill lle gallaf ddod o hyd i wybodaeth (naill ai'n lleol neu ar-lein).

Rhowch wybod i mi pwy arall all roi cefnogaeth a chynghor i mi ar sut i gyflwyno cwyn – cyfeiriwch at yr IOPC ac unrhyw sefydliadau sy'n gweithio'n lleol a all fy helpu i gyflwyno cwyn.

Cadwch mewn cysylltiad â mi os byddaf yn cyflwyno cwyn – gadewch i mi wybod eich bod wedi ei derbyn, beth yw'r camau nesaf, rhowch wybod i mi am unrhyw gynnydd, a rhowch wybod a oes gennyf yr hawl i apelio ar ddiwedd y broses.

Byddwch yn realistig ynghylch y canlyniadau – dywedwch wrthyf beth sy'n debygol o ddigwydd nesaf yn eich barn chi.