



Polisi cam-drin domestig, trais yn erbyn menywod a thrais rhywiol

CYFLWYNIAD

Mae CGGC yn cydnabod bod cam-drin domestig, trais yn erbyn menywod a thrais rhywiol yn fater difrifol o fewn cymdeithas sy'n effeithio ar lawer o bobl, y mwyafrif ohonynt yn fenywod, a bydd yn cymryd pob cam ymarferol i gefnogi aelodau o staff sy'n dioddef cam-drin domestig. Mae'n cydnabod hefyd y gall unigolion ddod i gysylltiad â cham-drin domestig heb gael eu cam-drin eu hunain.

Mae'r cymorth a ddarperir o dan y polisi hwn, felly, yn cael ei gynnig yn gyfartal i bob aelod o staff a all fod yn wynebu cam-drin domestig, ni waeth a ydynt yn ddyn ynteu'n ddynes, neu'n cael eu heffeithio gan gam-drin domestig yn erbyn rhywun agos atynt.

DIFFINIAD

Diffiniad y Swyddfa Gartref o gam-drin domestig yw unrhyw ddigwyddiad neu batrwm o ddigwyddiadau o ymddygiad rheolgar, cymhellol, bygythiol, o drais neu o gamdriniaeth rhwng pobl 16 oed neu'n hŷn sydd yn, neu wedi bod yn, bartneriaid agos neu'n aelodau o'r teulu waeth beth fo'u rhyw neu eu rhywioldeb. Gall gynnwys y mathau canlynol, ac eraill, o gamdriniaeth:

- seicolegol
- corfforol
- rhywiol
- ariannol
- emosiynol

O fewn y diffiniad hwn mae ymddygiad rheolgar yn amrywiaeth o weithredoedd y bwriedir iddynt wneud rhywun yn ddarostyngol ac/neu'n ddibynnol drwy ei gadw draw oddi wrth ffynonellau cymorth, drwy ecsbloetio'i adnoddau a'i allueddau er mwyn elwa'n bersonol, drwy ei atal rhag cael yr hyn sydd ei angen i fod yn annibynnol, i wrthsefyll ac i ddianc, a thrwy reoli ei ymddygiad arferol.

Mae ymddygiad cymhellol yn weithred neu'n batrwm o weithredoedd sy'n cynnwys ymosod, bygwth, bychanu a brawychu neu gamdriniaeth arall a ddefnyddir i niweidio, cosbi, neu godi ofn ar y dioddefwr.

Gall cam-drin domestig fynd y tu hwnt i drais corfforol. Gall gynnwys hefyd gam-drin emosiynol, dinistrio eiddo priod neu bartner, arwahanrwydd oddi wrth ffrindiau, teulu neu ffynonellau posib eraill o gymorth, bygythiadau i eraill gan gynnwys plant, rheoli mynediad at arian, eitemau personol, bwyd, trafnidiaeth, y ffôn, a stelcio. Mae defnydd o gyfryngau cymdeithasol hefyd yn ffynhonnell aflonyddu fawr ym maes cam-drin domestig.

Gall gynnwys hefyd drais a gyflawnir gan fab, merch neu unrhyw un arall sydd â pherthynas agos neu berthynas waed â'r dioddefwr/goroeswr. Gall gynnwys hefyd drais a gyflawnir ar blant, neu a welir gan blant. Rhaid i effeithiau niweidiol eang byw gyda cham-drin domestig i blant gael eu cydnabod yn fater diogelu plant. Gellir cysylltu'r effeithiau â chyrhaeddiad addysgol gwael, allgáu cymdeithasol, troseddu, camddefnyddio sylweddau, problemau iechyd meddwl a digartrefedd o ganlyniad i redeg i ffwrdd.

Mae diffiniad y Swyddfa Gartref yn ddiffiniad llawn sy'n cydnabod y gall unrhyw un ddiodeff cam-drin domestig: Gall menywod a dynion ddiodeff cam-drin domestig mewn perthnasau heterorywiol; gall cam-drin domestig ddigwydd hefyd mewn perthnasau lesbiaidd, hoyw, deurywiol a thrawsrywiol. Gall pobl ag anabledau fod yn arbennig o agored i gam-drin domestig. Mae cynnwys trais rhwng aelodau o'r un teulu yn y diffiniad yn sicrhau bod materion megis 'troseddau er anrhydedd' yn cael eu hystyried yn briodol. Mae'n cydnabod hefyd y gall plant/pobl ifanc sy'n wynebu cam-drin domestig fod yn ddiodeffwyr cam-drin domestig. Yn bwysig, serch hynny, tra mae'r diffiniad yn derbyn y gall dynion ddiodeff cam-drin domestig hefyd, mae'r mwyafrif helaeth o gam-drin domestig yn cael ei gyflawni gan ddynion yn erbyn menywod a'u plant.

Mae cam-drin domestig yn torri drwy oed, hil, a chrefydd. Nid yw cam-drin domestig o reidrwydd yn weithred gorfforol, gall gymryd sawl ffurf.

Nid yw cam-drin domestig yn fater preifat a gall gael effaith fawr ar fywyd proffesiynol unigolyn.

Yn ôl ystadegau cenedlaethol:

- Mewn dros 90% o achosion o gam-drin domestig, mae plentyn yn bresennol neu mewn ystafell gyfagos.

- Mae 30% o gam-drin domestig yn dechrau, neu'n gwaethygu, yn ystod beichiogrwydd.
- Yn ôl Arolwg Troseddau Prydain 2009/10, mae'r mwyafrif (73%) o gam-drin domestig yn cael ei gyflawni gan ddynion yn erbyn menywod.
- Mae cam-drin domestig yn cyfrif am bron i 25% o'r holl droseddau treisgar a gofnodir.
- Bydd cam-drin domestig yn effeithio ar un o bob pedair menyw yn ystod eu bywydau.
- Mae dwy fenyw yr wythnos yn cael eu lladd gan eu partner neu eu cyn-bartner yng Nghymru a Lloegr.
- Mae 54% o dreisio yn y Deyrnas Unedig yn cael eu cyflawni gan bartner presennol neu gyn-bartner menyw.
- Mae bron i 75% o blant ar y gofrestr Diogelu Plant yn byw mewn cartrefi lle mae cam-drin domestig yn digwydd.

Dengys ymchwil fod 75% o ddiodefwrwr cam-drin domestig yn cael eu targedu yn y gwaith. Yn aml mae'n bosib i gyflawnwyr ddefnyddio adnoddau'r gweithle, megis ffonau, ebost a ffyrdd eraill, i fygwth, aflonyddu neu gam-drin eu partner presennol neu eu cyn-bartner.

Gall cam-drin domestig achosi pryderon ynghylch perfformiad a chynhyrchiant. Gall effeithiau cam-drin domestig gynnwys llai o gynhyrchiant, bod yn hwyr, straen, absenoldeb, gwallau a throsiant uwch ymysg staff.

Yn ôl ymchwil:

Mae 56% o fenywod a gamdrinnir yn cyrraedd y gwaith yn hwyr o leiaf bum gwaith y mis.

Mae 28% yn gadael yn gynnar o leiaf bum diwrnod y mis.

Mae 53% yn methu o leiaf dridiau o waith y mis.

Wrth ystyried y bydd 1 o bob 4 menyw (ac 1 o bob 7 dyn) yn wynebu cam-drin domestig ar ryw adeg yn eu bywyd, mae'n debygol bod gan CGGC staff sydd wedi wynebu, neu yn wynebu, cam-drin domestig (yn ogystal â'r rheini sy'n cyflawni'r gamdriniaeth).

Mae'n bosib y bydd hyn hefyd yn effeithio ar gydweithwyr; efallai y byddant yn cael eu dilyn yn ôl ac ymlaen o'r gwaith neu'n cael eu holi am fanylion cyswllt neu leoliad y dioddefwr. Efallai y bydd rhaid iddynt lenwi mewn am weithwyr eraill sydd i ffwrdd, ceisio cadw'r gamdriniaeth draw ac ofni ynghylch eu diogelwch eu hunain. Ymhellach, efallai na fydd cydweithwyr yn ymwybodol o'r gamdriniaeth, neu ddim yn gwybod sut i helpu. Hefyd mae'n bwysig cydnabod y gall y gweithle fod yn hafan ddiogel i rai a chynnig llwybr tuag at ddiogelwch.

DATGANIAD POLISI

Mae CGGC yn cydnabod y gall nifer o aelodau staff, yn ôl yr ystadegau, fod yn wynebu cam-drin domestig yn eu perthnasau personol a, thrwy'r polisi hwn, mae'n ceisio darparu cymorth effeithiol, cyfrinachol a sympathetig i'r aelodau hynny o staff.

Mae yna hefyd nifer o bolisiau ar waith y gellir eu defnyddio i ddarparu cymorth i aelodau o staff sy'n wynebu cam-drin domestig ee cynllun gweithio hyblyg, polisi absenoldeb arbennig.

Mae CGGC yn sylweddoli efallai na fydd ar aelodau o staff sy'n wynebu cam-drin domestig eisiau dadlennu'r ffaith hon, hyd yn oed yn hollol gyfrinachol, i unrhyw aelod arall o staff y mudiad. Felly, mae rhestr o fudiadau allanol amrywiol a all gynnig cymorth ac arweiniad ar gael yn [Atodiad A](#).

Pan fo effeithiau uniongyrchol cam-drin domestig yn ymestyn i'r gweithle ee drwy ymweliadau digroeso gan bartner sy'n cam-drin, mae gan CGGC ddyletswydd o ofal i ddiogelu'r unigolyn sy'n cael ei gam-drin a'i gydweithwyr. Oherwydd hynny, gall CGGC drefnu i'r heddlu ymyrryd mewn sefyllfaoedd o'r fath, gan ddibynnu ar yr amgylchiadau unigol.

Bydd CGGC yn tynnu sylw at y polisi cam-drin domestig, trais yn erbyn menywod a thrais rhywiol hwn ac yn sicrhau ei fod ar gael i bob aelod o staff.

CYMORTH I AELODAU O STAFF SY'N WYNEBU CAM-DRIN DOMESTIG

Os yw unrhyw aelod o staff yn wynebu cam-drin domestig ac yn teimlo y gall CGGC gynnig y cymorth angenrheidiol, dylai siarad â'i gyfarwyddwr, cydlynnydd ei grŵp, ei reolwr llinell a/neu'r adran Adnoddau Dynol. Fel yr amlinellir, bydd y mater hwn yn cael ei gadw'n hollol gyfrinachol a dim ond y rheini sydd 'angen gwybod' fydd yn cael gwybod am y sefyllfa.

Mae nifer o fesurau ymarferol a chefnogol y gellir eu cymryd yn y gweithle i sicrhau bod y rheini sy'n wynebu cam-drin domestig yn gallu gweithio mewn gweithle diogel a chefnogol ([Atodiad B](#)).

Mae unigolion sy'n wynebu cam-drin domestig yn aml yn gorfod cymryd amser i ffwrdd o'r gwaith er mwyn ymweld â chyfreithwyr, banciau, ysgolion, asiantaethau cymorth, ac ati, a gellir darparu ar gyfer hyn drwy Bolisi Absenoldeb Arbennig CGGC neu'r cynllun gweithio hyblyg. Dylid gwneud trefniadau o'r fath, yn gyfrinachol, drwy reolwr llinell yr aelod o staff neu'r adran Adnoddau Dynol, a fydd wedyn efallai'n trafod y mater â'r rheolwr llinell.

Mae CGGC yn cydnabod efallai y bydd angen i unigolion sy'n wynebu cam-drin domestig drefnu i gyfarfod â thrydydd partion ee asiantaethau cymorth, yr heddlu, ac ati, am gyfnod byr yn ystod oriau gwaith arferol a gall ddarparu ar gyfer ceisiadau gan staff i gynnal cyfarfodydd o'r fath yn adeiladau CGGC. Eto, dylid gwneud trefniadau o'r fath, yn gyfrinachol, drwy reolwr llinell yr aelod o staff neu'r adran Adnoddau Dynol, a fydd wedyn efallai'n trafod y mater â'r rheolwr llinell.

Ni fydd CGGC yn gwahaniaethu yn erbyn rhywun sydd wedi dioddef trais domestig, o ran ei swydd bresennol na datblygiad ei yrfa.

CYFRINACHEDD

Mae CGGC yn cydnabod, pan fo aelod o staff yn wynebu cam-drin domestig, bod rhaid cadw cyfrinachedd llwyr gan bawb perthnasol a gallai torri cyfrinachedd gael sgil-ffeithiau difrifol ar yr unigolyn sy'n wynebu cam-drin domestig. Oherwydd hynny, bydd CGGC yn trin unrhyw achos o dorri cyfrinachedd gan aelod o staff yn unol â darpariaethau'r weithdrefn briodol ar ymddygiad aelodau o staff, lle bydd amrywiaeth y cosbau sy'n agored i'r mudiad yn cynnwys diswyddo.

Yr unig eithriadau i hyn fyddai pan fo trydydd partion ee plant neu oedolion agored i niwed, mewn perygl ac mewn achosion o'r fath byddai'r Cyfarwyddwr neu'r Pennaeth Adnoddau Dynol yn gwneud y penderfyniad i roi gwybod i gorff allanol.

Mae'r angen am gyfrinachedd yn gyffredinol yn cynnwys sicrhau nad oes modd canfod cyfeiriad, rhif ffôn na lleoliad gwaith aelod o staff. I ddiogelu cyfrinachedd aelodau o staff, bydd CGGC yn sicrhau na fydd gan unrhyw ddatgelu sy'n rhaid ei wneud o dan ei gofrestrriad diogelu data, neu ei gyfrifoldebau o dan y Ddeddf Rhyddid Gwybodaeth, y potensial i beryglu aelodau o staff a allai fod yn wynebu cam-drin domestig. Bydd CGGC yn sicrhau hefyd, pan wyddys bod aelod o staff yn dioddef cam-drin domestig, mai dim ond yr aelodau eraill hynny o staff sydd 'angen gwybod' am sefyllfa'r aelod o staff fydd yn cael gwybod.

CYFLAWNWYR

Mae ymagwedd CGGC tuag at gam-drin domestig yn cynnwys ymrwymiad i ystyried cymryd camau yn erbyn unrhyw aelod o staff a all fod yn cyflawni cam-drin domestig ac sy'n dangos unrhyw weithredoedd y gellid eu hystyried yn amhriodol ac sy'n effeithio ar ei waith.

Enghreifftiau o ble gall CGGC gymryd camau drwy'r polisi disgyblu:

- Aelodau o staff sy'n camddefnyddio adnoddau CGGC (amser, ffonau, ffacs, ebost neu fodd arall) i fygwth, aflonyddu neu gam-drin partner presennol neu gyn-bartner neu unrhyw un arall
- Aelodau o staff sy'n dangos unrhyw fath o drais, bygythiadau neu aflonyddwch, neu fathau eraill o gam-drin tuag at eu partner, neu rywun maent wedi cael perthynas agos â nhw tra yn y gwaith, neu o'r gwaith, neu wrth gynrychioli CGGC. Mae hyn yn cynnwys aelodau o staff sy'n defnyddio adnoddau CGGC i fygwth, aflonyddu neu gam-drin partner neu aelod o'r teulu
- Aelodau o staff sy'n camddefnyddio eu hawdurdod neu eu swydd yn fwriadol i alluogi i gamdriniaeth barhau neu'n annog eraill i wneud hynny, yn ystod eu cyflogaeth neu wrth gynrychioli CGGC

- Aelodau o staff sy'n cyflawni unrhyw weithredoedd neu'n rhan o ddigwyddiad sy'n dwyn anfri ar CGGC.

Mae'r polisi disgyblu yn amlinellu'r gweithdrefnau anffurfiol a ffurfiol y dylid eu cymryd os gwneir honiadau o'r fath.

Gall cyflawnwyr sy'n cydnabod bod ganddynt broblem gael cymorth cyfrinachol gan asiantaeth briodol.

ROLAU/CYFRIFOLDEBAU

Rheolwyr llinell ac Adnoddau Dynol

Wrth ddelio gydag aelod o staff sy'n wynebu, neu wedi wynebu, cam-drin domestig, dylai'r Rheolwyr Llinell a'r Pennaeth Adnoddau Dynol fod yn barod i wneud y canlynol:

- Codi ymwybyddiaeth o gam-drin domestig drwy gyfarfodydd tîm
- Gwrando ar yr hyn sy'n cael ei ddatgelu, rhoi sicrwydd a'i gymryd o ddifrif heb angen gofyn am dystiolaeth, gan ymddwyn yn sensitif a pheidio â beirniadu
- Rhoi blaenoriaeth i gyfrinachedd ble bynnag y bo modd (gan ystyried pryderon ynghylch plant neu oedolion agored i niwed); sicrhau y cynhelir pob trafodaeth yn breifat a'u cadw'n gyfrinachol bob tro heblaw'r amgylchiadau mwyaf eithriadol. Gall amgylchiadau o'r fath godi pan fo angen rhannu gwybodaeth â gweithwyr proffesiynol priodol a phobl berthnasol mewn sefyllfaoedd amrywiol gan gynnwys diogelu plant ac oedolion agored i niwed, atal trosedd neu arestio, erlyn am drosedd
- Cefnogi aelodau o staff yn llawn gan ymateb mewn ffordd sensitif a sicrhau bod yr aelod o staff yn cael y wybodaeth ddiweddaraf ac yn ymwybodol o'r holl opsiynau sydd ar gael ee amser i ffwrdd o'r gwaith i wneud trefniadau personol, chwilio am gyngor arbenigol neu gael mynediad at y system cyfiawnder troseddol
- Annog i gam-drin domestig gael ei ddatgelu/ei drafod a nodi'r cymorth priodol a pharchu eu hawl i benderfynu
- Cymryd camau yn erbyn cyflawnwyr cam-drin domestig, gan gynnwys cymorth i aelod o staff sy'n chwilio am gymorth i ddelio gyda'i ymddygiad
- Deall efallai nad oes ar yr aelod o staff eisiau mynd at ei reolwr llinell ac y gall fod yn well ganddo gynnwys trydydd parti megis cydweithiwr, Pennaeth Adnoddau Dynol.
- Cydnabod y gall fod ar yr aelod o staff angen amser i benderfynu beth i'w wneud ac y gall roi cynnig ar nifer o opsiynau gwahanol yn ystod y broses
- Trafod mesurau i roi blaenoriaeth i ddiogelwch yn y gweithle, gan sicrhau blaenoriaeth i ddiogelwch a lles yr aelod o staff
- Bod yn ymwybodol o ba gymorth sydd ar gael ac ystyried yr opsiynau hyn gyda'r aelod o staff. Gall hyn gynnwys absenoldeb ac amser i ffwrdd o'r gwaith, materion ariannol ac effeithiau ar iechyd, cynnig i aelodau o staff sy'n teimlo bod cam-drin domestig yn effeithio ar eu hunanhyder fynd i sesiynau cwnsela un wrth un drwy

raglen Cymorth i Weithwyr. Gan y byddai hyn yn digwydd o ganlyniad i hunanatgyfeirio, ni fydd gofyn i'r aelod o staff ddweud pam mae am fynd i sesiynau o'r fath a bydd y cwnselydd wedi'i rwymo gan foeseq broffesiynol gan sicrhau cyfrinachedd llwyr.

Mae CGGC yn rhoi'r pwys mwyaf ar faterion iechyd a diogelwch ac yn ymdrechu i ddarparu amgylchedd gwaith diogel ac iach, yn unol â Deddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith 1974 a phob rheoliad perthnasol arall. Mae gan bob rheolwr gyfrifoldeb dros les ac iechyd a diogelwch aelodau o staff yn y gwaith.

Rhaid i bob rheolwr fod yn ymwybodol y gall cam-drin domestig effeithio ar iechyd a hunan-hyder pobl a all fod yn gyndyn o ymddiried mewn eraill, neu ofyn am gymorth. Dylent felly fod yn effro i arwyddion o gam-drin domestig posib ee pan fo aelod o staff yn isel ei ysbryd, ei feddwl yn bell a/neu'n ddi-hyder, a all fod yn effeithio ar ei berfformiad yn y gwaith, ond gan gofio efallai nad cam-drin domestig fydd y rheswm bob tro dros sefyllfaoedd o'r fath. Dylai unrhyw arwydd o anaf corfforol, yn enwedig os yw'n ailadrodd, gael ei nodi hefyd.

Dylai pob rheolwr gydnabod pwysigrwydd lles aelodau o staff a gwerthfawrogi y byddant efallai, drwy gefnogi aelod o staff a all fod yn dioddef cam-drin domestig, yn cyfrannu tuag at wella gwasanaethau ac atgyfnerthu'r berthynas rhwng y rheolwyr ac aelodau o staff.

Dylai pob rheolwr sicrhau bod aelodau o staff yn ymwybodol o'r materion sy'n amgylchynu cam-drin domestig drwy dynnu eu sylw at y polisi hwn.

Gall hyn gynnwys camau ymarferol i annog i gamdriniaeth gael ei datgelu a'i thrafod a chanfod cymorth priodol. Dylai rheolwyr ymdrechu i gefnogi'r rheini sy'n wynebu cam-drin domestig mewn modd sympathetic a hyderus sydd ddim yn beirniadu. Gallant hefyd gynorthwyo i gofnodi manylion digwyddiadau yn y gweithle. (Mae cwestiynau enghreifftiol wedi'u cynnwys yn [Atodiad C](#)).

Aelodau o staff

Mae cyfrifoldeb ar aelodau o staff i wneud y canlynol:

- Ymgyswrtu â chynnwys y polisi hwn
- Cymryd camau sylfaenol i gynorthwyo ffrindiau a chydweithwyr i fagu hyder i ddelio gydag unrhyw broblemau sydd ganddynt, a'u hadrodd, pan deimlent eu bod yn gallu gwneud hyn.

Adnoddau Dynol

Mae cyfrifoldeb ar yr adran Adnoddau Dynol i wneud y canlynol:

- Ymgymryd â hyfforddiant mewn cam-drin domestig er mwyn deall y risgiau a'r canlyniadau yn y gweithle a sut i reoli sefyllfaoedd o'r fath
- Adolygu polisiau, gweithdrefnau ac arferion cysylltiedig eraill a sicrhau nad ydynt yn effeithio'n niweidiol ar weithrediad y polisi cam-drin domestig.

Bydd CGGC yn sicrhau bod y polisi cam-drin domestig, trais yn erbyn menywod a thrais rhywiol hwn wedi'i gynnwys yn ein rhaglen dysgu a datblygu staff, ei fod yn cael sylw eang a'i fod ar gael yn hwylus i bob aelod o staff.

ADOLYGU

Hydref 2020 (Dyddiad adolygu: Hydref 2022)

CGGC – Prif Swyddfa

Tŷ Baltig

Sgwâr Mount Stuart

Caerdydd

CF10 5FH

Ffôn: 0300 111 0124

E-bost: help@wcva.cymru

www.wcva.cymru

Elusen gofrestrdig 218093 / Cwmni Cyfyngedig drwy Warant 425299 / Wedi'i gofrestru yng Nghymru

ATODIAD A

Asiantaethau cymorth lleol a chenedlaethol

Ceir isod restr o asiantaethau lleol a chenedlaethol a allai gynorthwyo unrhyw un sy'n dioddef trais a cham-drin domestig. Mae asiantaethau cymorth arbenigol wedi'u cynnwys i bobl ag anghenion ehangach. Gyda chaniatâd yr aelod o staff, gallwch eu ffonio a gofyn iddynt gysylltu â'r aelod o staff ar rif ffôn diogel ac ar adeg ddiogel.

[Cymorth i Ferched Cymru](#)

Cymorth i Ferched Cymru yw'r mudiad ymbarél cenedlaethol sy'n cynrychioli grwpiau Cymorth i Ferched lleol ledled Cymru. Gall Cymorth i Ferched Cymru ddarparu hyfforddiant, cymorth a gwybodaeth arbenigol i grwpiau sy'n aelodau a mudiadau allanol.

[Llinell gymorth Byw Heb Ofn Cymru](#)

Mae llinell gymorth cam-drin domestig Cymru yn cynnig gwybodaeth a chymorth cyfrinachol am ddim i fenywod sy'n wynebu cam-drin domestig. Mae hefyd yn wasanaeth gwybodaeth i bobl sy'n pryderu am rywun maent yn ei adnabod, ac i asiantaethau sydd angen gwybodaeth ar y cymorth sydd ar gael yng Nghymru i oedolion a phlant.

[Black Association of Women Step Out \(BAWSO\)](#)

Asiantaeth arbenigol yw BAWSO a all ddarparu gwybodaeth a gwasanaethau sy'n sensitif ac yn briodol o ran diwylliant i grwpiau du a lleiafrifol ethnig.

[Cyngor ar Bopeth](#)

Mae Gwasanaeth Cyngor ar Bopeth yn cynnig cyngor cyfrinachol, diduedd ac annibynnol am ddim ar ystod o faterion gan gynnwys dyled, budd-daliadau, tai a materion cyfreithiol. Gall cynghorwyr eich helpu i lenwi ffurflenni, ysgrifennu llythyron, trafod â chredydwyr a'ch cynrychioli mewn llys.

[Cynghrair corfforaethol yn erbyn trais domestig](#)

Nod y cynghrair corfforaethol yw codi ymwybyddiaeth a lleihau effaith gymdeithasol ac economaidd trais domestig yn y gweithle. Gan gydweithio gyda'i gilydd eu gweledigaeth yw creu amgylchedd gwaith lle mae gweithwyr yn cael y cyfle i gael cymorth a chyngor ymarferol ac, yn y pen draw, gymryd camau cadarnhaol i ddod â thrais domestig i ben. Mae aelodaeth yn agored i unrhyw weithiwr, undeb llafur neu gorff cynrychiadol yn y Deyrnas Unedig.

[Refuge](#)

Refuge yw un o'r darparwyr unigol mwyaf o lety a gwasanaethau arbenigol ar gyfer menywod a phlant sy'n ffoi rhag trais domestig, mae'n cefnogi dros 1,000 o fenywod a phlant bob dydd.

Respect

Respect yw'r gymdeithas ar gyfer gweithwyr proffesiynol yn y Deyrnas Unedig sy'n gweithio gyda rhai sy'n cyflawni trais domestig a gwasanaethau cymorth cysylltiol. Prif nod y sefydliad yw cynyddu diogelwch y rhai hynny sy'n profi trais domestig drwy hyrwyddo ymyriadau effeithiol â thramgwyddwyr.

Llinell Gyngor i Ddynion – cymorth i ddynion sy'n dioddef cam-drin domestig

Llinell gymorth gyfrinachol sy'n cynnig cymorth, gwybodaeth a chyngor ymarferol i ddynion sy'n dioddef cam-drin domestig.

Prosiect Dyn

Mae Prosiect Dyn yn gweithio ledled Cymru i gefnogi dynion sy'n dioddef cam-drin domestig.

Uned Priodasau dan Orfod

Mae Uned Priodasau dan Orfod y Swyddfa Dramor a Chymanwlad yn codi ymwybyddiaeth o briodasau dan orfod.

Cymorth i Ddioddefwyr

Elusen genedlaethol sy'n rhoi cymorth cyfrinachol am ddim i ddioddefwyr trosedd, tystion, eu teuluoedd, eu ffrindiau ac unrhyw un arall a effeithir ledled Cymru a Lloegr.

Mind Cymru

Mae Mind yn ymgyrchu'n egniol i greu gymdeithas sy'n hyrwyddo iechyd meddwl da ac sy'n herio stigma iechyd meddwl.

ATODIAD B

Engbreifftau o gymorth ymarferol yn y gweithle

- Enwi rhywun i gysylltu ag ef yn y gwaith am gymorth a rhywun i gysylltu ag ef mewn argyfwng os na fydd y mudiad yn gallu cael gafael ar yr aelod o staff
- Defnyddio polisiau presennol i ganiatáu i'r unigolyn newid patrymau gwaith neu lwyth gwaith ac i ganiatáu gweithio'n fwy hyblyg neu absenoldeb arbennig i hwyluso unrhyw drefniadau ymarferol
- Darparu gwybodaeth a manylion cyswllt ar gyfer y Rhaglen Cymorth i Weithwyr a'r gwasanaethau a ddarperir gan Care First
- Dargyfeirio galwadau ffôn a negeseuon ebost
- Rhybuddio staff y dderbynfa a staff diogelwch os gwyddys bod y camdriniwr yn arfer dod i'r gweithle
- Darparu llun o'r camdriniwr i'r dderbynfa
- Holi a oes gan staff drefniadau i deithio'n ddiogel rhwng y gwaith a'r cartref
- Pan fo'n bosib, trefnu lle parcio yn y maes parcio
- Adolygu cynnwys gwybodaeth bersonol, fel cyfeiriadau newydd, manylion banc ac ati
- Adolygu gwybodaeth perthnasau agosaf yr aelod o staff – efallai fod y cyn-bartner ar y rhestr o hyd
- Pan fo'n ymarferol, ystyried cynnig newid dros dro neu barhaol o ran gweithle, amseroedd/patrymau gweithio
- Pan fo'n ymarferol, cynnig newidiadau mewn dyletswyddau penodol, fel peidio â disgwyl i'r aelod o staff ateb y ffôn na gweithio yn y dderbynfa
- Symud yr aelod o staff o olwg y cyhoedd, hy sicrhau nad yw'n weladwy o dderbynfeydd nac o ffenestri'r llawr gwaelod
- Sicrhau nad yw'r aelod o staff yn gweithio ar ei ben ei hun nac mewn lle neilltuedig
- Cytuno â'r aelod o staff yr hyn y dylid ei ddweud wrth gydweithwyr a sut y dylent ymateb os bydd y camdriniwr treisgar yn ffonio neu'n dod i'r gweithle
- Cadw cofnod o unrhyw ddigwyddiadau o gam-drin yn y gweithle, gan gynnwys galwadau ffôn, negeseuon ebost neu ymweliadau mynych â'r aelod o staff gan eiartner/cyn-bartner.

ATODIAD C

Gofyn cwestiynau anodd

Cwestiynau anuniongyrchol:

Os bydd rheolwr yn amau bod aelod o staff yn wynebu cam-drin domestig, dylai ofyn cwestiynau anuniongyrchol i'r aelod o staff, i helpu i sefydlu perthynas â'r aelod o staff a meithrin empathi. Er enghraifft:

- Sut ydych chi ar hyn o bryd? A oes unrhyw faterion yr hoffech eu trafod â mi?
- Rwyf wedi sylwi'n ddiweddar eich bod yn ddi-hwyl, oes rhywbeth o'i le?
- A yw popeth yn iawn yn y gwaith?
- A oes unrhyw broblemau neu reswm a all fod yn cyfrannu at eich absenoldebau salwch cyson neu at eich tangyflawni yn y gwaith?
- A yw popeth yn iawn gartref?
- A yw pobl yn gofalu amdanoch yn iawn? A yw eich partner yn gofalu amdanoch?
- Pa gymorth ydych chi'n credu all helpu? Beth hoffech ei weld yn digwydd? Sut?

Cwestiynau uniongyrchol:

Dylai'r rheolwr ofyn 'cwestiynau uniongyrchol' i annog yr aelod o staff i drafod unrhyw gam-drin domestig y gall fod wedi'i wynebu, os oes arwyddion o ymosodiad neu niwed corfforol. Rhaid gofyn y cwestiwn canlynol mewn ffordd mor sensitif a gofalus â phosib.

- 'Mae'n ddrwg gen i ofyn a dydw'i ddim eisiau'ch pechu mewn unrhyw ffordd, ond rwyf wedi sylwi bod gennych nifer o gleisiau/briwiau/llosgiadau ayyb. Mi wn yn y Deyrnas Unedig fod 1 o bob 4 menyw yn dioddef cam-drin domestig gartref, a ydych mewn perthynas lle rydych yn cael eich cam-drin?'

Mae'r canlynol yn enghreifftiau o gwestiynau uniongyrchol dilynol, y gallai fod yn ddefnyddiol i chi eu gofyn i'r aelod o staff, ar ôl cadarnhau bod problem bosib neu wirioneddol o ran cam-drin domestig:

- A ydych erioed wedi cael eich slapio/cicio/taro ayyb, gan eich partner?
- A ydych yn ofni eich partner neu rywun arall yn y tŷ?
- A yw eich partner/perthynas yn colli ei dymer gyda chi? Os felly, beth sy'n digwydd i chi o ganlyniad?
- A yw eich partner/perthynas wedi bygwth gwneud niwed i chi neu i'ch plant?
- A yw eich partner yn genfigennus ohonoch yn gweld ffrindiau, yn siarad â phobl eraill, yn mynd allan? Os felly, beth sy'n digwydd?
- A yw eich partner/perthynas yn beio alcohol neu gyffuriau am yr ymddygiad tuag atoch?

