



Home Office

TRI CHAM I DDIANC TRAIS YN ERBYN MENYWOD A MERCHED

1. ADRODD AR Y TRAIS
2. GWEITHREDU I DDIANC Y TRAIS
3. CADW’N DDIOGEL RHAG Y TRAIS

Canllaw i fenywod a phlant
duon a lleiafrifoedd ethnig

Cynhyrchwyd mewn
partneriaeth â:



Mae'r daflen hon yn dweud wrthy ch sut i gael cymorth i ddianc trais a chamdriniaeth, ac i gadw'n ddiogel. Gallwch hefyd ei ddefnyddio i helpu ffrind.

Er bod y daflen hon yn canolbwyntio ar faterion mae menywod a phlant duon a lleiafrifoedd ethnig yn eu hwynebu, mae hefyd yn cynnwys gwybodaeth allai helpu dioddefwyr trais domestig o unrhyw genedligrwydd neu gefndir ethnig.

Mae'r daflen hon yn cyfeirio at ddioddefwyr/ goroeswyr trais a chamdriniaeth fel menywod, a'r cyflawnwyr fel gwrywaidd i hwyluso darllen ac am ei fod yn adlewyrchu'r mwyafrif llethol o achosion. Fodd bynnag, ni ddylid derbyn hyn fel awgrym nad yw trais a chamdriniaeth yn digwydd mewn perthnasau un rhyw neu gan fenywod yn erbyn dynion.

Mae'r daflen hon wedi ei hysgrifennu ar y cyd â Southall Black Sisters

1. Beth yw trais yn erbyn menywod a merched?

Mae trais yn erbyn menywod a merched yn cynnwys ystod o ymddygiad treisgar ac ymosodol, yn cynnwys:

- Trais Domestig
- Priodas Dan Orfod
- Camdriniaeth Gwaddol
- Llurguniad Genitalia Benywaidd/ Torri (llurguniad benywaidd)
- Trais Seiliedig ar Urddas – trosedd yn enw urddas
- Trais Rhywiol
- Treisio
- Ymosodiad Rhywiol
- Stelcio ac Aflonyddu

Mae yna dri cham y dylech eu cymryd:

1. Adrodd ar y trais
2. Gweithredu i ddianc y trais
3. Cadw'n ddiogel rhag y trais

Os ydych chi fyth yn teimlo eich bod mewn perygl dybryd, ffoniwch yr heddlu ar **999**. Peidiwch â bod ofn ffonio'r heddlu. Mae pob math o drais domestig a rhywiol ac arferion niweidiol yn droseddau difrifol, a gall yr heddlu eich amddiffyn chi a'ch plant. Gall asiantaethau eraill hefyd roi cymorth a chefnogaeth i chi, yn cynnwys gwasanaethau menywod du a lleiafrifoedd ethnig (gweler y rhestr ar ddiwedd y daflen).

**NID EICH BAI CHI YW'R
GAMDRINIAETH AC NID OES
RHAID I CHI EI ODDEF.**

2. Trais Domestig

Mae trais domestig yn batrwm o gamdriniaeth gan bartner/cyn bartner neu aelod o'r teulu (yn cynnwys teulu yng nghyfraith) a gall fod ar sawl ffurf:

- Gall fod yn gamdriniaeth gorfforol fel taro neu gicio
- Gall gynnwys camdriniaeth emosïynol h.y. blacmel, artaith feddylïol a bygythiadau i'ch diarddel neu'ch lladd chi neu'ch plant
- Gall hefyd fod yn rheoli - yn golygu nad ydych yn cael eich gadael allan o'ch cartref ar eich pen eich hun neu gael cyswllt â'ch teulu neu ffrindiau neu gael mynediad at arian neu gael swydd o'ch dewis chi
- Gall aflonyddu rhywiol a stelcio hefyd fod yn nodwedd o gamdriniaeth ddomestig a rhywiol
- Gall fod yn treisio – nid yw bod yn briod yn golygu bod gan eich gŵr yr hawl i gael rhyw gyda chi yn erbyn eich ewyllys

Mae'n bwysig sylweddoli nad chi sydd ar fai ac nad oes rhaid i chi ei ddioddef. Nid yw neb yn haeddu cael eu hymosod, cam-drin na bychanu, leiaf oll gan eu teulu neu bartner.

**YMDDYGIAD EICH
CAMDRINIWR SYDD ANGEN
NEWID, NID EICH YMDDYGIAD
CHI.**

Gall trais domestig fod yr un peth â 'thrais seiliedig ar urddas' os yw wedi ei wneud i amddiffyn urddas y teulu/cymuned neu os ydych yn teimlo na allwch adael y camdriniwr oherwydd eich bod ofn codi cywilydd arnynt a'u hamharchu (gweler yr adran ar drais seiliedig ar urddas).

Diffiniad y Llywodraeth o drais domestig yw:

Unrhyw achos neu batrwm o achos o ymddygiad rheolaethol, gorfodol neu fygythiol, trais neu gamdriniaeth rhwng y rhai sy'n 16 oed neu hŷn neu sydd wedi bod yn bartneriaid agos neu aelodau'r teulu waeth beth yw eu rhyw neu rywioldeb. Gall hyn gwmpasu, ond nid yw yn gyfyngedig i, y mathau canlynol o gamdriniaeth:

- seicolegol
- corfforol
- rhywiol
- cyllidol
- emosiynol

“Mae ymddygiad rheolaethol yn: ddetholiad o weithredoedd a gynlluniwyd i wneud rhywun yn israddol ac/neu yn ddibynnol trwy eu hynysu o ffynonellau cefnogaeth, ymelwa ar eu hadnoddau a chynwyseddau er elw personol, eu hamddifadu o'r moddion angenrheidiol ar gyfer annibyniaeth, gwrthwynebiad a dianc ac yn rheoleiddio eu hymddygiad dydd i ddydd.

“Ymddygiad gorfodol yw: gweithred neu batrwm o weithredoedd o ymosodiadau, bygythiadau, cywilydd ac aflonyddu neu gamdriniaeth arall a ddefnyddir i niweidio, cosbi, neu ddychryn y dioddefwr.”

1 Mae'r diffiniad hwn, nad yw'n ddiffiniad cyfreithiol, yn cynnwys yr hyn a elwir yn drais seiliedig ar 'urddas', llurguniad genitalia benywaidd (FGM) a phriodas dan orfod, ac mae'n glir nad yw dioddefwyr wedi eu cyfyngu i un rhyw neu grŵp ethnig.

3. Treisio a Chamdriniaeth Rywiol

Gall treisio a chamdriniaeth rywiol ddigwydd i unrhyw un ar unrhyw adeg gyda dieithryn, cydnabod, cyfaill, aelod o'r teulu neu bartner/cyn bartner. Os nad ydych yn cydsynio i ryw, ble bynnag mae'n digwydd a gyda phwy bynnag y bydd, yna mae'n drais ac yn drosedd:

- Mae cydsyniad yn golygu eich bod yn dewis cael rhyw ac yn cytuno i wneud hynny
- Nid oes gan neb yr hawl i dybio eich bod wedi cydsynio – waeth pwy ydynt neu beth yw eich perthynas â nhw
- Mae cyffwrdd rhywiol digroeso yn ymosodiad a hefyd yn drosedd

**OS YDYCH WEDI'CH TREISIO
NEU'CH CAM-DRIN YN
RHYWIOL, MAE'N BWYSIG
COFIO NAD YDYCH AR FAI.**

Mae yna sefydliadau all eich helpu, yn cynnwys darparu cefnogaeth i'ch helpu chi i benderfynu a ydych eisiau ei adrodd i'r heddlu. Gallant hefyd ddarparu eiriolaeth a chynghori. Ond os ydych yn gwybod eich bod eisiau adrodd arno i'r heddlu, yna dylech wneud hynny cyn gynted â phosibl.

Gallwch ddod o hyd i ragor o wybodaeth, yn cynnwys manylion sefydliadau yn eich ardal all helpu trwy:

- Ffonio'r Llinell Gymorth Argyfwng Trais cenedlaethol ar 0808 802 9999
- Ymweld â gwefan Argyfwng Trais (Cymru a Lloegr) yn www.rapecrisis.co.uk
- Ymweld â gwefan The Survivors Trust yn www.thesurvivorstrust.org

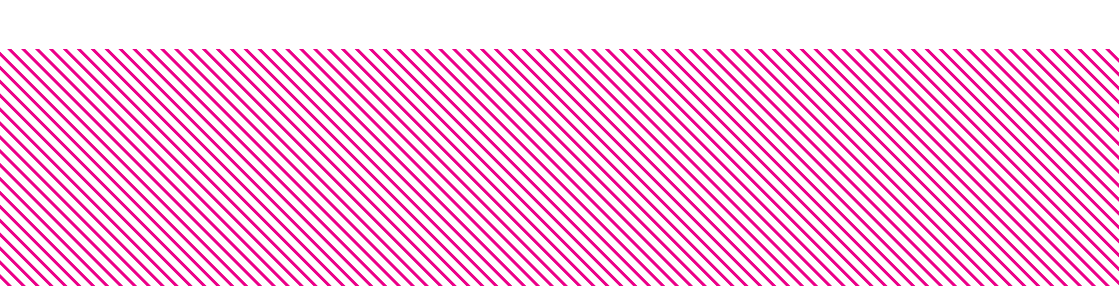
4. Dim hawl i gyllid cyhoeddus

Os ydych wedi dod i mewn i neu aros yn y Deyrnas Unedig fel cymar, partner di-briod, yr un rhyw neu bartner sifil Dinesydd Prydeinig, neu rywun nad yw'n ddinesydd sydd wedi setlo yn y Deyrnas Unedig, ac os yw'ch perthynas wedi torri i lawr o ganlyniad i drais domestig yn ystod pum mlynedd gyntaf (dw y flynedd i'r rhai a gafodd fisa priodasol cyn 9 Gorffennaf 2012) eich perthynas, efallai y gallech wneud cais am ganiatâd i setlo'n barhaol (a elwir yn ganiatâd amhenodol i aros') dan yr hyn a elwir yn gyffredinol y 'rheol trais domestig'.

Os yw'ch teitheb yn cynnwys y geiriau 'dim hawl i gyllid cyhoeddus', ni fyddwch yn gallu hawlio cyllid cyhoeddus megis llety gan adran dai'r cyngor lleol a'r rhan fwyaf o fudd-daliadau nawdd cymdeithasol. Fodd bynnag, os ydych yn feichiog, os oes gennych blant neu'ch bod yn agored i niwed mewn unrhyw ffordd arall, megis yn dioddef o gyflwr iechyd meddwl neu gyflwr meddygol neu anabled arall, dylech gysylltu â gwasanaethau gofal cymdeithasol y

cyngor (gweithiwr cymdeithasol) am gymorth (os yn bosibl, ceisiwch gymorth cyn gwneud hynny). Ar rai teithebau, efallai y byddwch y gallu hawlio tŷ cyngor a budd-daliadau, felly dylech wirio i weld a yw hyn yn bosibl.

O 1 Ebrill 2012, gall cymar neu bartner sy'n gymwys i gymhwyso am ganiatâd amhenodol i aros o ganlyniad i drais domestig sy'n anghenus wneud cais am fynediad at gronfeydd cyhoeddus dan y consesiwn Amddifadrwydd Trais Domestig (DDV). Mae'r rhai sy'n gymwys dan y consesiwn hwn yn cael amrywio eu caniatâd, a'r amodau sy'n gysylltiedig â'r caniatâd hwn, i roi mynediad iddynt at gronfeydd cyhoeddus. Cyhoeddir caniatâd dros dro dan y consesiwn am ganiatâd 3 mis pan fydd rhaid i chi wneud cais am ganiatâd amhenodol i aros fan y rheol trais domestig. Argymhellwn eich bod yn cael cyngor cyfreithiol cyn i chi wneud cais i Asiantaeth Ffiniau'r DU i weld a oes gennych hawl i gael caniatâd i aros. Neu, gallech wneud cais uniongyrchol I Asiantaeth Ffiniau'r DU dan y consesiwn DDV (gweler www.ukba).



homeoffice.gov.uk/visas-immigration/while-in-the-uk/domestic-violence am ffurflenni hysbysiad a chanllaw).

Gallwch gysylltu â sefydliadau BME ac eraill i fenywod i'ch cefnogi yn y cais hwn.

Gall menywod sy'n byw yn Llundain ac nad ydynt yn gallu cael cymorth dan y consesiwn DDV hefyd gysylltu â Southall Black Sisters am gymorth ariannol gyda thai a chynhaliaeth. Gallwch anfon e-bost at info@southallblacksisters.co.uk neu ffonio 020 8571 0800.

5. Gwneud cais am ganiatâd i setlo yn y Deyrnas Unedig

Gall dioddefwyr trais domestig a ddaeth i'r Deyrnas Unedig ar deitheb cymar, partner sifil, dibriod neu un rhyw hefyd wneud cais dan Reolau Mewnfudo am ganiatâd i aros yn barhaol yn y Deyrnas Unedig. I gael caniatâd i setlo fel dioddefydd trais domestig, rhaid i chi allu profi eich bod wedi cael caniatâd i ddod i mewn neu barhau yn y Deyrnas Unedig yn un o'r categorïau uchod a'ch bod yn ddiodydd trais domestig, ac mai hyn a achosodd i'ch perthynas dorri i lawr cyn diwedd eich caniatâd mynediad neu i aros.

Dylai dioddefwyr trais domestig neu fathau eraill o drais yn y Deyrnas Unedig ar fathau eraill o deithebau geisio cyngor ynglŷn â chefnogaeth neu wneud cais i aros yn y Deyrnas Unedig ar sail drugarog neu arall tu allan i'r Rheolau Mewnfudo. Gall menywod sydd ofn camdriniaeth os byddant yn dychwelyd adref hefyd geisio cymorth ynglŷn â hawlio lloches neu amddiffyniad dyngarol. Dylech geisio cyflwyno cais i aros yn y Deyrnas Unedig cyn i'ch fisa ddod i ben. Gallwch ddal i geisio cyngor neu wneud cais hwyr neu 'allan o amser',

ond bydd yn rhaid i chi esbonio'r rheswm dros yr oedi.

Mae rheolau a darpariaethau mewnfudo, lloches a budd-daliadau yn amodol i newid felly dylech gael cyngor ar y materion hyn bob tro.

Dylech gysylltu â gwasanaeth neu gyfreithiwr mewnfudo cymwys cyn gynted â phosibl, os yn bosibl rhywun sydd wedi ei ariannu gan y cyhoedd (dan gymorth cyfreithiol). Byddant yn gallu'ch cyngori ar beth i'w wneud nesaf o ran eich arhosiad yn y Deyrnas Unedig. Am gyngor ar ble i gael y cymorth hwn, ac am gefnogaeth gyffredinol ar hyn a sut i gael mynediad at dai a chymorth ariannol, yn cynnwys Cymorth Lloches, cysylltwch â sefydliadau cyngori menywod duon a lleiafrifoedd ethnig a mewnfudo.

Am ragor o wybodaeth yn ymwneud â mewnfudo, ewch i www.ukba.homeoffice.gov.uk/while-in-uk/domesticAbuse/ neu anfon e-bost at: UKBAPublicenquiries@ukba.gsi.gov.uk. Gallwch hefyd gysylltu ag Asiantaeth Ffiniau'r DU ar: 0870 606 7766.

6. Trais Seiliedig ar ‘Urddas’ / Camdriniaeth

Mae trais seiliedig ar ‘urddas’ neu drais ‘urddas’ yn weithred o drais sy’n cael ei esbonio gan y camdriniwr fel cael ei gyflawni er mwyn amddiffyn ‘urddas’ y teulu/cymuned. Ymhlith y troseddau hyn mae:

- Trais Domestig a Rhywiol
- Priodas Dan Orfod
- Aflonyddu Rhywiol
- Gwrthodiad cymdeithasol a mathau eraill o arferion rheoli a chamdriniaeth a gyflawnir gan y teulu estynedig neu aelodau’r gymuned

Gall menywod brofi trais seiliedig ar ‘urddas’ os y’i cyhuddir o beidio cydymffurfio â diwylliant traddodiadol a disgwyliadau crefyddol, yn cynnwys, er enghraifft:

- Gwisgo colur neu ddillad gorllewinol
- Cael cariad neu gael eu gweld ar eu pennau eu hunain gyda dyn nad yw’n aelod o’r teulu
- Beichiogi tu allan i briodas
- Cael perthynas gyda rhywun o wahanol grefydd neu genedligrwydd

- Gwrthod priodas dan orfod
- Sibrydion / cael eu gweld i fod yn ymddwyn yn amhriodol

Mewn trais seiliedig ar ‘urddas’, gall y risgiau fod yn uchel gan y gall fod nifer o gamdrinwyr yn y teulu estynedig neu rwydweithiau cymunedol, allai fod yn fwy trefnus o ran aflonyddu neu gamdrin menywod. Gallai pobl eraill yn y teulu neu gymuned roi pwysau ar y dioddefydd i ddychwelyd at sefyllfa o gam-drin neu fethu eu cefnogi.

**DYLAI DIODDEFWYR
GEISIO CYMORTH AR FRYD
I DDIOGELU EU HUNAIN A’U
PLANT.**

7. Priodas dan Orfod

Mae priodas dan orfod yn un ble mae rhywun yn cael eu gorfodi i briodi rhywun yn erbyn eu hewyllys a heb eu caniatâd. Mae priodas dan orfod yn briodas ble nad yw un neu'r ddau gymar yn cydsynio, neu nad oes ganddynt y cymhwyster i gydsynio, i'r briodas ac mae elfen o orfodaeth. Gall hyn gynnwys pwysau corfforol, rhywiol, seicolegol, ariannol ac emosiynol.

Mae priodas dan orfod yn wahanol iawn i briodas wedi ei threfnu. Mewn priodas a drefnwyd, gall teuluoedd chwarae rôl yn newid a chyflwyno partneriaid. Mae'r dewis o p'un ai i dderbyn y trefniant neu beidio yn nwylo'r darpar briod. Mewn geiriau eraill – mae'n allweddol ffocysu ar ddewis – dylai unigolion allu dewis yn rhydd pwy maent yn priodi neu beidio.

Mewn rhai achosion, mae pobl yn cael eu cymryd i wlad dramor heb wybod y byddant yn cael eu gorfodi i briodi. Pan fyddant yn cyrraedd y wlad efallai y cymerir eu pasbort oddi arnynt gan ddweud wrthynt nad ydynt yn cael dychwelyd adref.

Mae gwasanaethau cefnogaeth

arbennig a gweithredu cyfreithiol ar gael i'ch helpu os ydych chi neu rywun yr ydych yn eu hadnabod yn cael eich gorfodi i briodi. Mae hyn yn cynnwys cymorth i gael gorchymyn llys sifil i atal neu eich helpu i adael priodas dan orfod. Os ydych yn pryderu, dylech ddweud wrth rywun yr ydych yn ymddiried ynddynt megis athro, yr heddlu neu gyswllt gyda sefydliad cefnogaeth arbenigol (gweler y rhestr ar ddiwedd y daflen hon).

Gallwch gysylltu â Southall Black Sisters ar 020 8571 0800 neu anfon e-bost atynt yn info@southallblacksisters.co.uk

Mae Uned Priodas Dan Orfod y Llywodraeth yn gyfrifol am ddarparu cefnogaeth a gwybodaeth i Ddinasyddion Prydain dan risg, neu a allai fod dan risg, o fod yn ddiodefswyr priodas dan orfod yn y Deyrnas Unedig a thramor. Gallwch gysylltu â nhw ar 0207 008 0151 neu droi at eu gwefan yn www.fco.gov.uk/forcedmarriage

8. Camdriniaeth Gwaddol

Mewn rhai achosion, efallai y bydd menywod hefyd yn cael eu haflonyddu neu gam-drin am beidio dod â gwaddol digonol gyda nhw ar briodi, p'un a yw'r briodas yn un dan orfod neu beidio.

**GALL GALWADAU GORMODOL
AM WADDOL GYNNWYS
GOFYNIAD I DDARPARU
SYMIAU MAWR O ARIAN,
EIDDO, GEMWAITH NEU
NWDYDDAU DRUD ERAILL.**

Nid yw camdriniaeth o unrhyw fath yn dderbyniol ac fe ddylech geisio cymorth gan yr heddlu a sefydliadau menywod, yn arbennig gwasanaethau menywod duon a lleiafrifoedd ethnig. Hefyd, dylech ymgynghori â chyfreithiwr teuluol os ydych eisiau hawlio eich gwaddol yn ôl neu geisio gorchmynion llys i ddiogelu eich hun.

Gallwch gysylltu â Southall Black Sisters hefyd ar 020 8571 0800 neu anfon e-bost atynt yn info@southallblacksisters.co.uk

9. Torri a Llurguniad Genitalia Benywaidd (FGM)

Mae Llurguniad Genitalia Benywaidd/ Torri yn driniaethau ble mae organau genitalia benywaidd allanol yn cael eu tynnu yn gyfan gwbl neu'n rhannol neu anaf arall i organau genitalia benywaidd am resymau anfeddygol. Mae hyn yn drosedd yn y Deyrnas Unedig hyd yn oed os yr eir a'r unigolyn i wlad dramor ar gyfer y llurguniad. Weithiau mae hefyd yn cael ei alw'n enwaedu benywaidd neu 'sunna'.

MAE YNA EFFEITHIAU IECHYD DIFRIFOL I LURGUNIAD GENITALIA BENYWAIDD, AR ADEG Y LLURGUNIAD, YN CYNWYS RISG UCHEL O HEINTIO, AC YN HWYRACH MEWN BYWYD YN ARWAIN AT ANABLEDD HIRDYMROR, PROBLEMAU DIFRIFOL MEWN BEICHOGRWYDD A GENEDIGAETH, A HYD YN OED MARWOLAETH.

Os ydych dan risg o lurguniad genitalia benywaidd neu'n pryderu am rywun allai fod dan risg yn y Deyrnas Unedig neu dramor, siaradwch â gweithiwr proffesiynol yr ydych yn ymddiried ynddynt fel athro, nyrs neu ddoctor, neu adrodd ar y mater i'r heddlu a gwasanaethau gofal cymdeithasol. Gallwch hefyd gysylltu â sefydliad menywod duon a lleiafrifoedd ethnig arbenigol neu glinig llurguniad genitalia benywaidd arbenigol.

Gallwch chwilio am glinig arbenigol yn agos atoch chi trwy fynd i www.forwarduk.org.uk/resources/support/well-woman-clinics

10. Help i chi

Fe wyddom ei bod yn anodd gadael perthynas o gam-drin; trechu pwysau diwylliannol neu grefyddol gan deulu neu aelodau'r gymuned, a phryderon ynglŷn â'ch statws mewn fudo a mynediad at gefnogaeth. **Ni ddylech fod ofn gofyn am help.**

Os nad ydych yn gallu siarad Saesneg, bydd y rhan fwyaf o asiantaethau statudol yn gallu'ch darparu â chyfieithydd annibynnol. Os ydych yn pryderu y bydd y cyfieithydd yn dweud wrth eich teulu amdanoch, gallwch ofyn am gyfieithydd gwahanol.

**SIARADWCH Â RHYWUN
YR YDYCH YN YMDDIRIED
YNDDYNT AC ADRODD Y
GAMDRINIAETH I'R HEDDLU
NEU SEFYDLIAD NEU
GYNGHORYDD ARBENIGOL
TRAIS DOMESTIG NEU
RYWIOL**

Bydd yr asiantaethau hyn yn gallu mynd trwy'r dewisiadau cyfreithiol sydd ar gael i chi, yn cynnwys gweithredu troseddol yn erbyn eich camdriniwr a gorchmynion llys sifil neu deuluol i'ch amddiffyn chi a'ch plant. Gall yr asiantaethau hyn hefyd gynghori ar:

- Tai
- Materion ariannol
- Iechyd ac iechyd meddyliol, yn cynnwys hunan-niweidio
- Gofal cymdeithasol
- Anghenion addysgol a phlant

Os ydych yn byw gartref, mae'n bwysig cynllunio ar gyfer y dyfodol rhag ofn eich bod yn gadael o ganlyniad i drais a chamdriniaeth. Cadwch y canlynol yn ddiogel yn eich cartref, neu gyda chyfaill yr ydych yn ymddiried ynddo:

- Dogfennau pwysig fel tystysgrifau geni, trwydded yrru, pasbortau, dogfennau mewn fudo, gorchmynion llys a phapurau cyfreithiol, eiddo ac ariannol, a chardiau credyd a debyd ychwanegol

- Bag wedi ei bacio â dillad ar eich cyfer chi a'ch plant ac allwedd sbâr i'r drws ffrynt a'r car, ffôn symudol, gyda chredyd llawn, arian parod ac eitemau pwysig eraill, fel meddyginiaeth ragnodedig ychwanegol

Peidiwch â phoeni os na allwch fynd â'r pethau hyn gyda chi os oes rhaid i chi adael – byddwch yn gallu dychwelyd gyda'r heddlu i'w casglu os bydd angen.

Os yw'n ddiogel i chi wneud, ewch â'ch plant gyda chi. Os nad, cysylltwch â'r heddlu, cyfreithiwr teuluol a sefydliad neu gynghorydd camdriniaeth ddomestig menywod i gael cymorth.

Meddyliwch am dri lle diogel ble gallwch fynd mewn argyfwng:

- Gorsaf heddlu
- T cyfaill
- Lloches i fenywod neu asiantaeth cefnogaeth trais domestig/rhywiol

11. Help a Chymorth

RHIFAU ARGYFWNG A LLINELL GYMORTH TRAIS DOMESTIG

- **Yr heddlu, ambiwlans a'r frigâd dân:** 999 (rhadffôn, 24 awr)
- **Llinell Gymorth Genedlaethol Trais Domestig:** 0808 2000 247 (rhadffôn, 24 awr)
Wedi ei redeg mewn partneriaeth â Chymorth i Fenywod a Refuge

LLINELLAU CYMORTH ARBENIGOL

- **Southall Black Sisters**
(ar gyfer menywod duon a lleiafrifoedd ethnig yn profi trais domestig/rhywiol, priodas dan orfod, camdriniaeth gwaddol, llurguniad genitalia benywaidd, thrais seiliedig ar 'urddas' a phroblemau mewn fudo/dim hawl)
Llinell Gymorth: 020 8571 0800
Gwefan: www.southallblacksisters.org.uk
- **Uned Priodas Dan Orfod**
Llinell Gymorth: 0207 008 0151
Gwefan: www.fco.gov.uk/forcedmarriage
- **Llinell Gymorth Stelcio**
Llinell Gymorth: 0808 802 0300
Gwefan: www.stalkinghelpline.org

- **Rape Crisis Llinell Gymorth**
(Cymru a Lloegr): 0808 802 9999 (rhadffôn)
Gwefan: www.rapecrisis.org.uk

LLINELL GYMORTH AR GYFER CYMRU, GOGLEDD IWERDDON A'R ALBAN

- **Llinell Gymorth Camdriniaeth Ddomestig 24 awr Cymorth i Fenywod Gogledd Iwerddon**
Llinell Gymorth: 028 9033 1818
- **Llinell Gymorth Camdriniaeth Ddomestig yr Alban**
Llinell Gymorth: 0800 027 1234
- **Camdriniaeth Ddomestig a Thrais Rhywiol Cymru Gyfan**
(Cymorth i Fenywod Cymru)
Llinell Gymorth: 0808 80 10 800
- **Llinell Gymorth Dyn Cymru:** 0808 801 0321
- **BAWSO** (i fenywod Duon a Lleiafrifoedd Ethnig yng Nghymru)
Llinell Gymorth 0800 731 8147 (24 awr)
- **Rape Crisis Scotland**
Llinell Gymorth: 08088 010302 (rhadffôn)

- **Northern Ireland Rape Crisis and Sexual Abuse Centre**

Llinell Gymorth: 028 9032 9002
(rhadffôn)

LLURGUNIAD GENITALIA BENYWAIDD

- **Foundation for Women's Health Research & Development**

(FORWARD)
Llinell Gymorth: 020 8960 4000
Gwefan: www.forwarduk.org.uk

- **Heddlu Metropolitan**

(Awdurdod Ymchwilio Camdriniaeth Plant/Prosiect Azure)
Llinell Gymorth: 020 7161 2888

MEWNFUDO, LLOCHES A DIM HAWL

- **Southall Black Sisters**

Llinell Gymorth: 020 8571 0800
Gwefan:
www.southallblacksisters.org.uk

- **Y Cydgyngor er Lles Mewnfudwyr**

Llinell Gymorth: 020 7251 8708

- **Cymorth Lloches**

Llinell Gymorth: 0207 354 9264

ERAILL

- **Broken Rainbow**

(ar gyfer Lesbiaid, Hoyw, Deurywiol a Thrawsrywiol)
Llinell Gymorth: 0300 999 5428

- **Llinell Gyngor i Ddnyion**

Llinell Gymorth: 0808 801 0327

- **Llinell Gyngor Respect**

(Llinell gyngor yn cynnig gwybodaeth a chyngor i bobl sy'n ymosodol tuag at euartneriaid ac eisiau help i stopio)
Llinell Gymorth: 0808 802 4040

- **Childline**

(Llinell gymorth 24 awr i blant)
Llinell Gymorth: 0800 1111

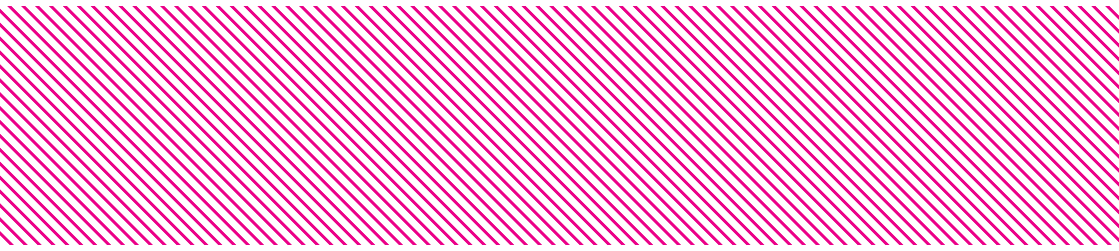
- **Samariaid** (Llinell gymorth am ddim 24 awr os ydych yn teimlo'n isel) Llinell Gymorth: 08457 90 90 90

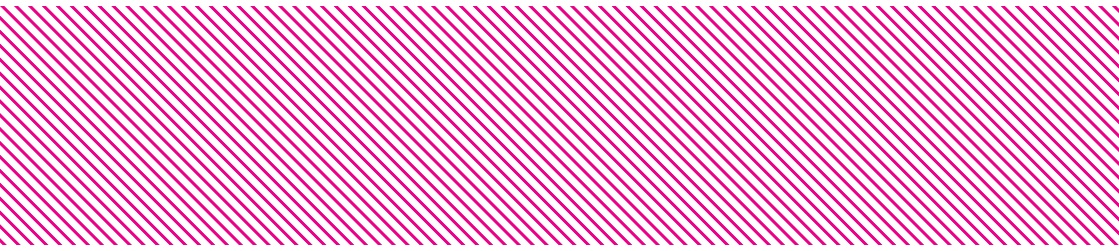
- **The Ann Craft Trust**

(amddiffyn pobl gydag anabledau dysgu rhag camdriniaeth)
Llinell Gymorth: 0115 951 5400

- **Respond** (Cefnogi pobl gydag anawsterau dysgu, eu teuluoedd, gofalwyr a gweithwyr proffesiynol sydd wedi eu heffeithio gan drawma a chamdriniaeth)
Llinell Gymorth: 0808 808 0700

- **Voice UK** (cefnogi pobl gydag anabledau dysgu a phobl eraill agored i niwed sy'n dioddef troseddau neu gamdriniaeth)
Llinell Gymorth: 0845 122 8695







Home Office

ISBN: 978-1-84987-558-5

Cyhoeddwyd gan y Swyddfa Gartref

© Hawlfraint y Goron 2012

Gellir gweld copïau ar-lein:

www.homeoffice.gsi.gov.uk/crime/violence-against-women-girls



When you have finished with
this publication please recycle it

75% recycled

This publication is printed
on 75% recycled paper