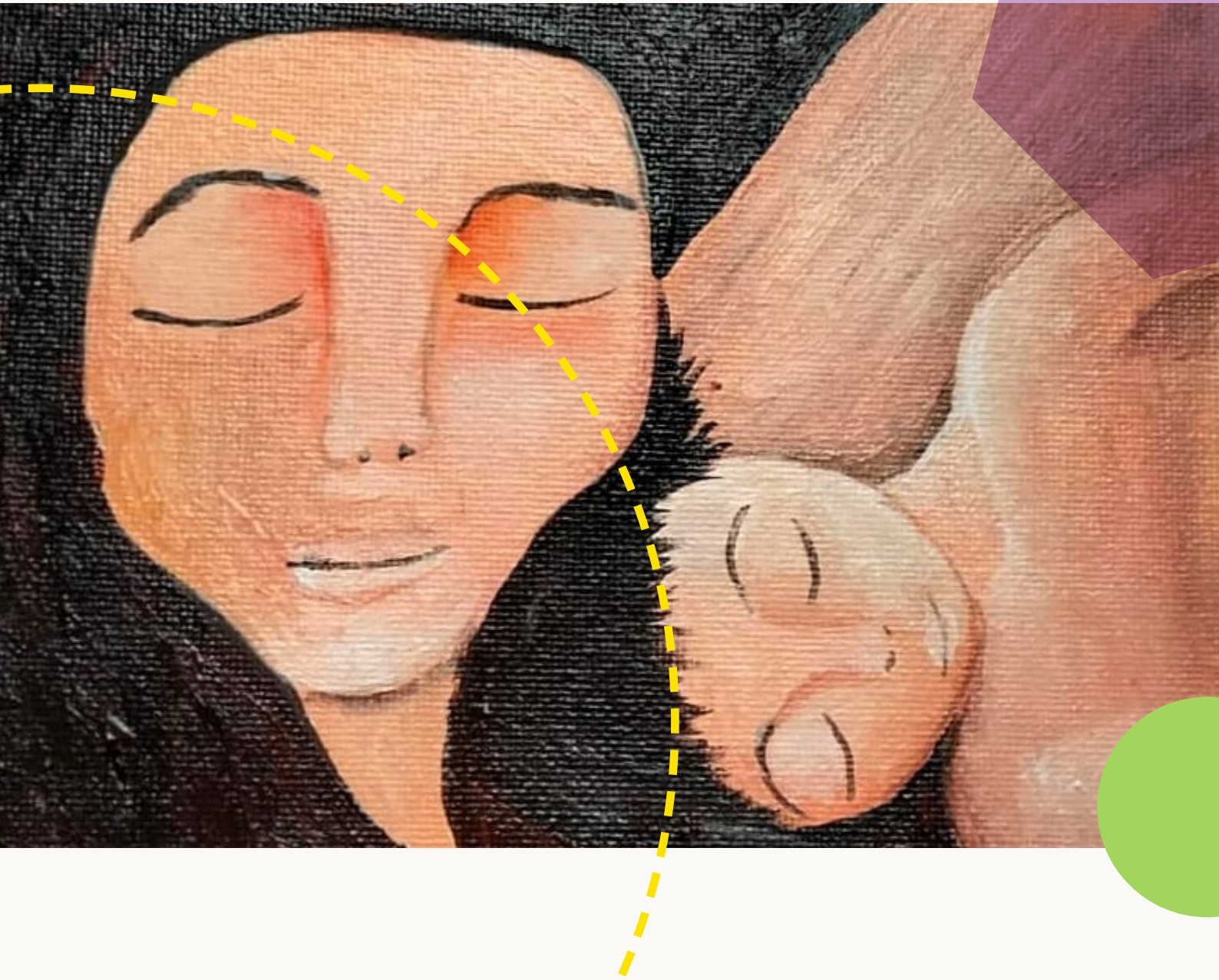


PLANT YNG NGHYMURU
CHILDREN IN WALES



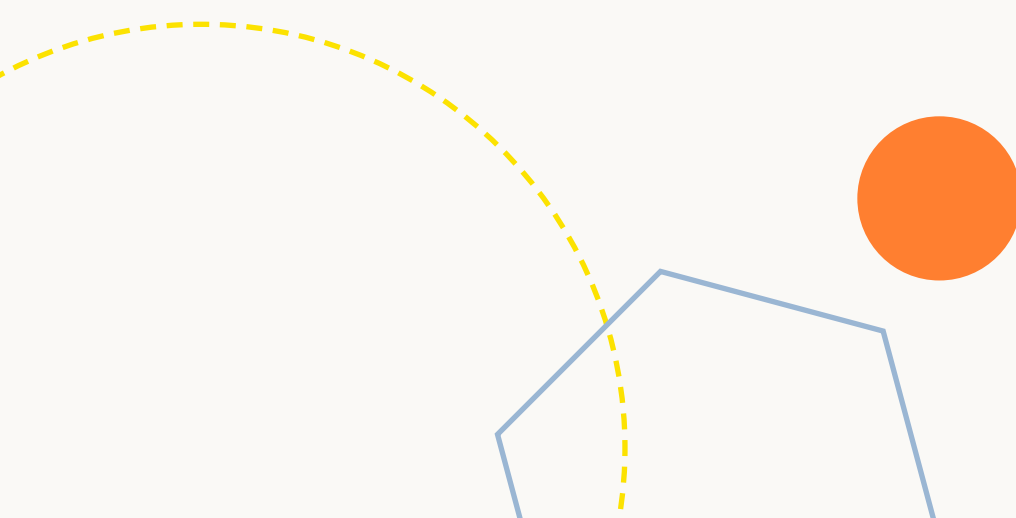
Cyswllt Rhieni Cymru – Pecyn Offer Ymgynghori

Rhoi cefnogaeth ac arweiniad i'r rhai
sydd am ymgysylltu â rhieni a'u cynnwys



Cynnwys y Pecyn Offer

Prif nodau'r pecyn offer.....	3
Pwy yw Cyswllt Rhieni Cymru?.....	4
Diffiniadau.....	5
Siart o'r broses ymgynghori.....	6
Ffeithlun syniadau ar gyfer casglu barn rhieni.....	7
Gweithgareddau torri'r garw	8
Cytundeb grŵp.....	10
Cynllun ar gyfer sesiwn grŵp ffocws.....	11
Cynllun sesiwn enghreifftiol ar gyfer Gweithdy Celf.....	13
Cynghorion ar gyfer hwyluso trafodaeth grŵp a rheoli amser.....	16
Gwybodaeth am ddiogelu	18
Ffurflen adborth	19
Adnoddau.....	21
Beth yw CCUHP – Llais Rhieni.....	22
Deall hawliau plant.....	23
Cynghorion gwych ar gyfer cefnogi rhieni.....	28
Cynghorion gwych ar gyfer gweithwyr proffesiynol.....	29
Gwahanol ffyrdd o gymryd rhan.....	30
Syniadau ar gyfer sut mae ymgysylltu â rhieni	31



Prif nodau'r pecyn offer

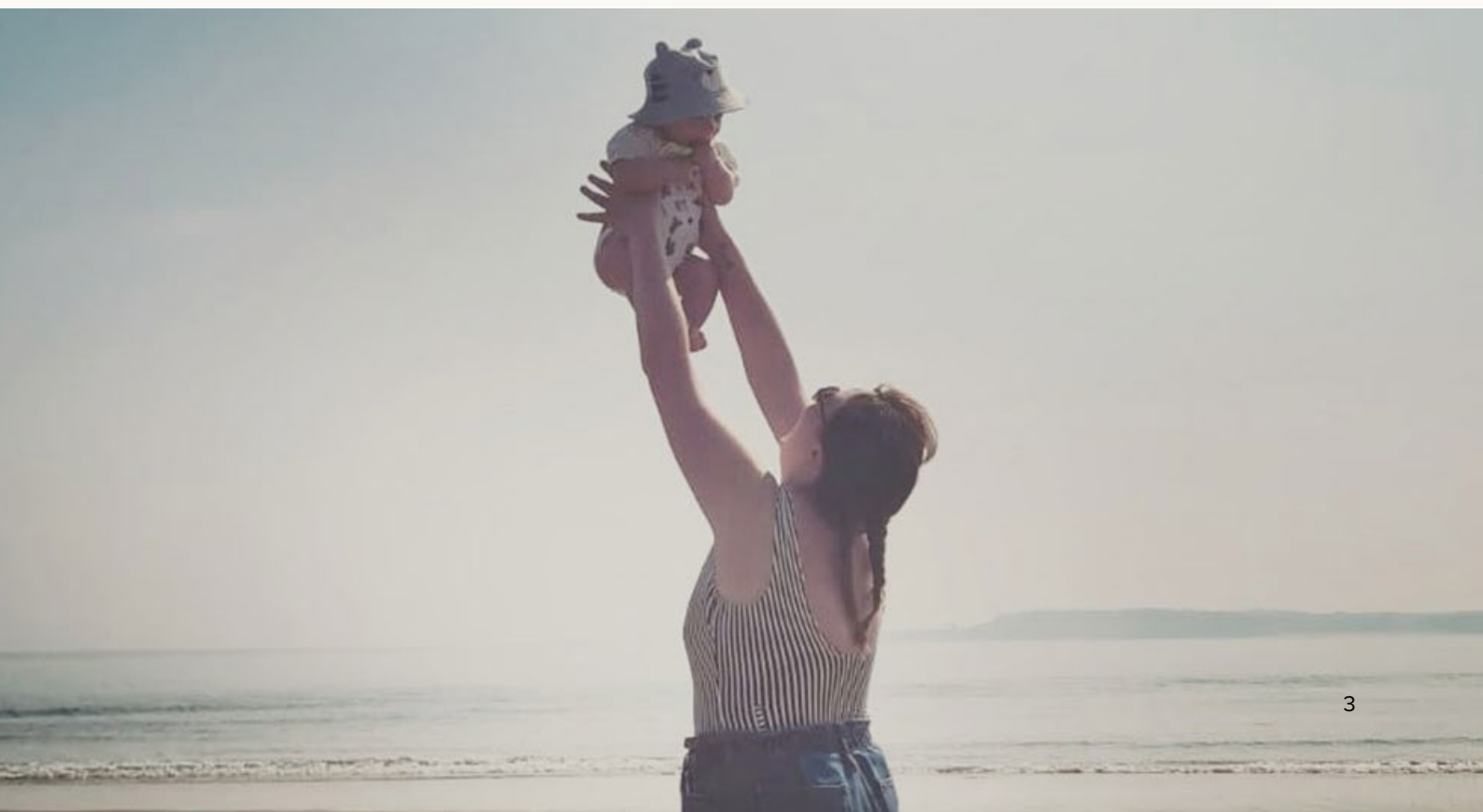
Cyhoeddwyd y pecyn offer hwn gan Cyswllt Rhieni Cymru (Plant yng Nghymru). Mae wedi cael ei ddatblygu mewn ymateb i angen a nodwyd am gefnogaeth ac arweiniad ynghylch sut mae ymgynghori â rhieni a chasglu eu barn.

Ei brif nod yw cefnogi sefydliadau i gynnal ymgynghoriadau ar ran Cyswllt Rhieni Cymru, ond mae modd ei ddefnyddio a'i addasu ar gyfer unrhyw waith ymgynghori â rhieni,

- Darparu ffurflenni adborth a ffyrdd eraill o fwydo barn rhieni yn ôl i Cyswllt Rhieni Cymru ac fel rhan o ddatblygu polisi ymhellach.
- Darparu adnoddau mae modd eu hargraffu i weithio gyda rhieni.
- Darparu ystod o adnoddau i helpu i gefnogi ymgysylltu â rhieni a'u cynnwys.
- Rhoi trosolwg o ffyrdd creadigol o ymgysylltu â rhieni.
- Cynnig arweiniad ar gyfer cynllunio a chyflwyno grwpiau ffocws gyda rhieni.

Ar gyfer pwy mae wedi'i fwriadu

- Unrhyw sefydliad sy'n gweithio gyda rhieni
- Unrhyw sefydliadau sy'n awyddus i ddechrau cynnwys rhieni ac ymgysylltu â nhw
- Y rhai sy'n chwilio am ddulliau/ffyrdd creadigol o ymgysylltu â rhieni



Pwy yw Cyswllt Rhieni Cymru?

Prosiect sy'n cael ei arwain gan Plant yng Nghymru yw Cyswllt Rhieni Cymru (CRhC), gyda chyllid a sicrhawyd gan Lywodraeth Cymru.

Sefydlwyd y prosiect hwn er mwyn ymgysylltu â rhieni/gofalwyr yn genedlaethol a chreu:

'Platfform Cymru gyfan sy'n cynnig dull gweithredu dwy ffordd, fel bod lleisiau rhieni'n cael eu clywed ac yn bwydo datblygiad polisi, gan arwain at gyfranogiad ystyrlon ar ffurf cydgynhyrchu'.

Mae'r prosiect wedi bod yn gweithio i ddiwallu'r angen cenedlaethol am ffordd glir o gyrchu barn rhieni/gofalwyr ar feysydd polisi sy'n effeithio ar eu plant a'u pobl ifanc.

Wrth gyfeirio at 'rieni' rydyn ni'n defnyddio'r gair hwnnw'n derm cynhwysol i gwmpasu rhieni (mamau a thadau), rhieni cu, rhieni maeth, rhieni mabwysiadol neu unrhyw un sydd â chyfrifoldeb riant.

Mae rhieni/gofalwyr eisiau teimlo bod eu profiadau bywyd yn cael eu gwerthfawrogi, a'u bod yn cael eu cynnwys yng ngham cyntaf penderfyniadau yn hytrach nag fel rhan o ymarferiad ticio blychau. Maen nhw hefyd eisiau cael adborth ar yr ymateb i'w barn.

Bydd gwranddo ar leisiau rhieni/gofalwyr yn helpu i greu gwasanaethau o safon uchel a fydd yn cryfhau rhieni a theuluoedd ac yn sicrhau bod hawliau plant yn cael eu cyflawni.

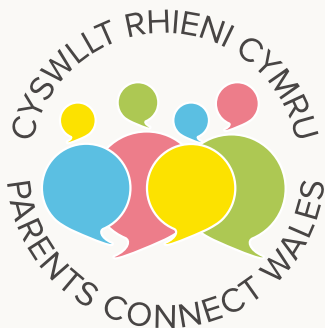
Wrth ymgysylltu â rhieni/gofalwyr, maen nhw wedi dweud yn glir:

'Rydyn ni eisiau cael llais a chael ein clywed'

'Rydw i'n gwybod bod cyfreithiau'n effeithio arnon ni, ond dwy ddim yn siŵr sut i chwarae rhan'

Mae gennym ni Hwb ar-lein lle gallwch chi ddod o hyd i ragor o wybodaeth, lawrlwytho adnoddau, a lle gall rhieni fod yn rhan o ymgynghori.

Ewch i'n Hwb: [Plant yng Nghymru | Hwb Cyswllt Rhieni Cymru](#)



Diffiniadau

Ymgysylltiad/ymgysylltu

Y weithred o gymryd rhan mewn rhywbeth neu wneud rhywbeth. Caiff rhieni gyfleoedd rheolaidd i fynegi eu barn mewn amrywiaeth o ffyrdd. Gallan nhw helpu i ddylanwadu ar rai penderfyniadau.

Ymgynghori

Mae hyn yn cyfeirio at y weithred o gyfnewid gwybodaeth a barn ynghylch rhywbeth er mwyn sicrhau gwell dealltwriaeth neu ddod i benderfyniad. Gall rhieni gael gwahoddiad i lenwi arolygon neu ddod i grwpiau ffocws i roi eu barn/safbwynt/mewnwelediad ar gyfer syniad/cynnig/mater. Bydd barn rhieni'n cael ei gwrando ac yn helpu i lywio penderfyniadau.

Cyfranogiad

Mae hyn yn cyfeirio at y weithred o gymryd rhan mewn rhywbeth neu ymwneud â gweithgaredd neu ddigwyddiad. Mae cyfranogiad yn mynd y tu hwnt i ymgynghori; mae'n cynnwys rhieni'n weithredol mewn penderfyniadau.

Cydgynhyrchu

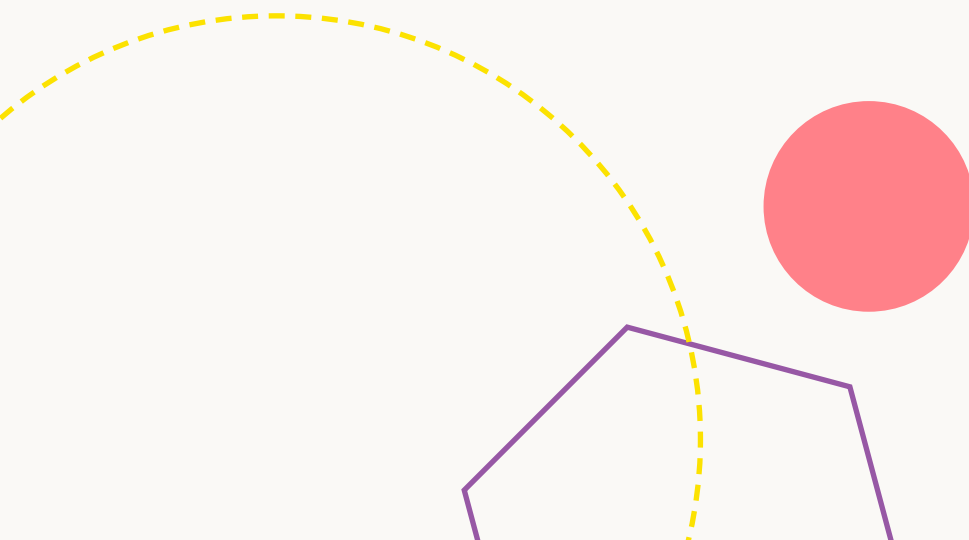
Y sail yma yw 'gwneud gyda phobl' nid 'gwneud iddyn nhw'. Rydych chi'n gweithio gyda rhieni o'r cyfnod dylunio i'r cyflawni. Byddwch chi'n rhannu'r holl brosesau gwneud penderfyniadau, neu bron y cyfan ohonynt.

Grŵp Ffocws

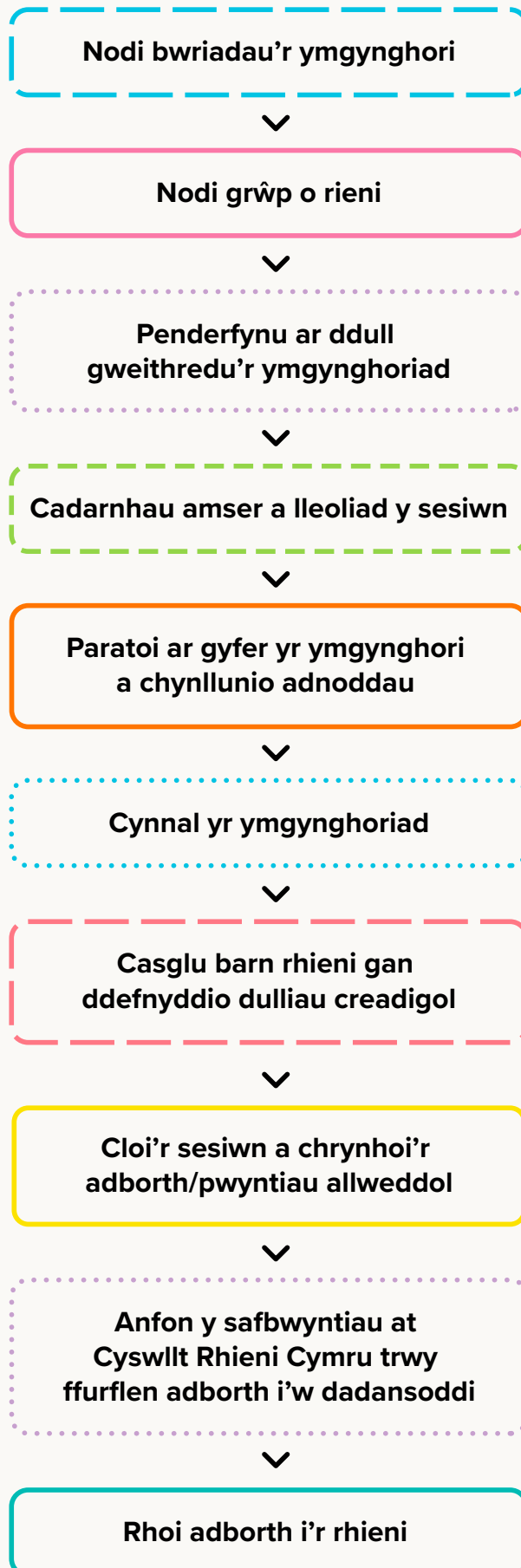
Mae hyn yn dod â grŵp bach o bobl at ei gilydd, gyda ffocws penodol ar gwestiwn neu bwnc. Mae'n cael ei hwyluso gan rywun sy'n cefnogi'r cyfranogwyr i roi adborth a mewnwelediad, trwy drafodaeth a gweithgareddau eraill.

Gweithgareddau Torri'r Garw

Gweithgareddau, digwyddiadau neu gêmiau a luniwyd i: Wneud i eraill deimlo'n fwy cyfforddus a hwyluso rhyngweithio cymdeithasol. Fel arfer defnyddir y rhain ar ddechrau cyfarfod neu sesiwn.



Siart o'r Broses Ymgynghori



Syniadau ar gyfer casglu barn rhieni



Dyma rai dulliau poblogaidd mae Cyswllt Rhieni Cymru wedi'u defnyddio i gasglu barn rhieni, a pheth adborth ar y dulliau hynny.

Arolygon

Rhestr o gwestiynau agored a chaeedig i gasglu barn.

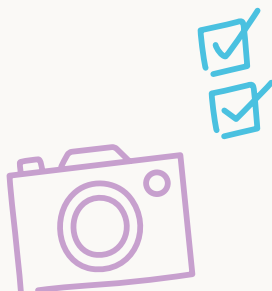
- Cwmpas eang • Ar-lein neu ar bapur yn bosibl • Cost isel
- Hawdd rhannu ar WhatsApp, Facebook a chyfryngau cymdeithasol eraill • Modd gofyn cwestiynau syml a manwl
- Modd casglu gwybodaeth ddemograffig



Polau Piniwn

Dull cyflym o sicrhau ciplun o farn pobl ar bwnc penodol.

- Cwmpas eang • Ar-lein fel arfer • Cipolwg cryno ar y pwnc • Hawdd a chyflym i'w cwblhau • Cost isel
- Gall rhieni rannu barn yn ddiennw a diymdrech
- Mae'r canlyniadau'n hawdd eu dadansoddi



Cystadleuaeth Ffotograffau

Cyflwynir ffotograffau i gasglu dealltwriaeth neu gipolwg gweledol ar bwnc penodol.

- Hawdd a syml i rieni, sy'n gallu tynnu lluniau ar eu ffôn • Cost isel • Casglu mewnwelediad unigryw, dwfn • Hygyrch • Difyr, creadigol ac yn cynnal diddordeb
- Modd creu arddangosfa o'r ffotograffau • Rhaid sicrhau cydsyniad ar gyfer ffotograffau

Grwpiau ffocws

Dod â grŵp bach o bobl ynghyd a hwyluso trafodaeth grŵp i gael mewnwelediad trwy sgwrsio a gofyn cwestiynau penodol.

- Gallu casglu meddyliau manwl a mewnwelediad personol
- Rhyngweithio wyneb yn wyneb • Hygyrch • Cwmpas ac ymatebion ar raddfa lai • Amser a lle i rannu ymatebion
- Cost yn gysylltiedig • Angen staff wedi'u hyfforddi i'w cynnal



Gweithdy Celf

Gweithgareddau Celf er mwyn sicrhau dealltwriaeth weledol neu fewnwelediad i bwnc penodol.

- Profiad creadigol, sy'n rhoi boddhad • Ffordd fyfyrgar o rannu dealltwriaeth fanwl a phrofiadau • Rhyngweithio wyneb yn wyneb • Hygyrch • Mae modd creu arddangosfa gelf i greu ymdeimlad o falchder
- Cost ynghlwm wrth hyn • Angen staff wedi'u hyfforddi, lleoliad a chyfarpar • Cwmpas/ymatebion ar raddfa lai



Ystyriaethau

- Cadw'r wybodaeth yn gryno ac yn syml
- Cynnig fersiynau papur/wedi'u hargraffu os bydd angen
- Cynnig cymhelliad dros gymryd rhan
- Darparu cwestiynau hawdd eu darllen mewn ieithoedd cymunedol allweddol (Pwyleg, Wrđw, Romaneg, Bangla ac Arabeg)

Yn y grwpiau

- Darparu'r adnoddau angenrheidiol
- Cynnwys plant
- Cynnig lluniaeth
- Cyfuno'r ymgynghoriad â gweithgaredd llesiant (bore coffi, dosbarth ymarfer corff neu weithgaredd crefftiau)

Gweithgareddau Torri'r Garw

Mae gêmâu torri'r garw yn ffordd wych o ymgysylltu â rhieni a chreu awyrgylch cadarnhaol, cyfforddus wrth ymgynghori neu gynnal gweithgareddau grŵp. Maen nhw'n helpu i chwalu rhwystrau cychwynnol, meithrin tîm ac annog cyfranogiad. Yn y pen draw mae hynny'n hybu cyfathrebu agored a chydweithio o fewn y grŵp. Mae modd addasu gweithgareddau torri'r garw hefyd i gyflwyno'r pwnc neu osod y cyd-destun ar gyfer yr ymgynghoriad.

Syniadau ar gyfer gweithgareddau torri'r garw ar ddechrau'r sesiwn:

Safwch i fyny os...

Safwch i fyny os...oes gennych chi anifail anwes

Safwch i fyny os...ydych chi wedi cael brechwast

Safwch i fyny os...oes gennych chi fwy na 2 o blant

Gofynnwch i bobl eraill awgrymu syniadau.

Lluniau o anifeiliaid

Rhannwch amrywiaeth o luniau o wahanol anifeiliaid, a gofynnwch i bawb ddweud pa un maen nhw'n teimlo sy'n 'debyg iddyn nhw', neu maen nhw'n 'uniaethu â nhw'.

Bingo Pobl

Crëwch daflen bingo gyda ffeithiau neu nodweddion diddorol. Mae rhaid i bawb symud o gwmpas y grŵp, yn ceisio dod o hyd i rywun sy'n ffitio pob digrifad er mwyn llenwi'r tŷ.

Dod i'ch nabod chi

Mae rhaid i bawb symud o gwmpas a chyflwyno'u hunain i bobl, cyn symud ymlaen at berson newydd.

Tir Cyffredin

Mewn parau neu grwpiau bach, gofynnwch i'r rhieni gael hyd i dri pheth sydd ganddyn nhw'n gyffredin, ond sydd ddim yn amlwg (e.e. hobiau, lleoedd maen nhw wedi ymweld â nhw, hoff gêmâu yn ystod eu plentyndod). Mae hyn yn annog rhyngweithio a darganfod profiadau a rennir.

Cit Goroesi i Rieni

Gofynnwch i bob rhiant ddychmygu eu bod yn methu gadael ynys anghysbell, ond mai dim ond tri pheth ar gyfer magu plant gallan nhw ddewis i fynd gyda nhw. Beth fydden nhw'n dewis? Anogwch nhw i fod yn greadigol – gall yr ymatebion amrywio o bethau ymarferol fel weipiau babanod i bethau fel amynedd di-ben-draw.

Sgiliau Archarwyr Rhieni

Gofynnwch i bob rhiant gyflwyno'u hunain a rhannu eu 'sgil archarwr fel rhiant' (e.e. galla i anfon y plant i gysgu mewn llai na 10 munud, neu fi sy'n gwneud y cinio pecyn gorau).

Heriau a Rennir

Mae pob rhiant yn ysgrifennu un her maen nhw'n wynebu wrth fagu plant. Cymysgwch y papurau mewn powlen a'u darllen yn ddiennw. Trafodwch yn fyr fel grŵp, gan bwysleisio brwydrau a dealltwriaeth a rennir.

Buddugoliaethau Rhieni

Gofynnwch i bob rhiant rannu brwydr enillon nhw'n ddiweddar wrth fagu plant, rhywbeth bach neu rywbeth mawr (e.e. Fe lwyddais i o'r diwedd i gael fy mhlentyn i fwyta llysiau neu Fe gawson ni ddiwrnod heb sgrîn).

Cwmwl Geiriau Heriau Rhieni

Rhowch nodiadau gludiog neu fwrdd gwyn yn barod. Mae pob rhiant yn ysgrifennu un her i rieni yn ddiennw ac yn ei roi i fyny. Darllenwch nhw'n uchel, gan drafod themâu cyffredin yn fyr, a phwysleisio'r profiadau a rennir.

Cysylltiad Cymreig

Gofynnwch i bob rhiant rannu un peth maen nhw wrth ei bodd gyda fe wrth fagu plant yng Nghymru e.e. hoff barc lleol, rysait teuluol traddodiadol, neu rigwm Cymreig. Tynnwch sylw at y cysylltiadau lleol unigryw a balchder diwylliannol.

Rhannu Ffotograffau Magu Plant

Gofynnwch i'r rhieni rannu llun ar eu ffôn sy'n cynrychioli eu bywyd wrth fagu plant (e.e. sesiwn creu llanast wrth chwarae, hoff gyrchfan i'r teulu). Mae pob rhiant yn esbonio pam dewison nhw'r llun yna.

Cit Goroesi i Rieni

Mae pob rhiant yn rhannu un eitem bydden nhw'n ei chynnwys mewn "Cit Goroesi i Rieni" (e.e. coffi, weipiau gwlyb, synnwyr digrifwch). Casglwch y syniadau i greu rhestr ddifyr.

Cytundeb Grŵp

Cytundeb grŵp yw cyfres o reolau, bwriadau neu ganllawiau ar gyfer ymddygiad a rhyngweithio sy'n cael eu datblygu ar y cyd a'u cytuno. Mae'n helpu i greu amgylchedd agored, parchus ar gyfer sgwrsio a gwaith tîm cynhyrchiol.

Dylai'r cytundeb gael ei ddatblygu gyda rhieni ar ddechrau sesiwn a chael ei arddangos ar hyd y sesiwn.

Dyma sampl o'r pethau allai gael eu cynnwys yn y cytundeb:

- Byddwch yn barchus
- Gwrandewch ar farn pawb
- Ceisiwch beidio â beirniadu pobl eraill
- Cadwch y trafodaethau'n gyfrinachol
- Byddwch yn agored ac yn onest



Cynllun ar gyfer sesiwn grŵp ffocws

Wrth gynllunio sesiwn ymgynghori neu ymgysylltu â rhieni, bydd angen cynllun amlinellol arnoch chi.

Rydyn ni wedi darparu cynllun templed ar gyfer sesiwn, a gallwch ei addasu fel y dymunwch:

Cyfeiriwch hefyd at y cynghorion gwych ar gyfer [Hwyluso Trafodaethau Grŵp a Rheoli Amser](#) a [Gweithgareddau Torri'r Garw](#).

Mae'r cynllun sesiwn hwn yn dempled y gallwch chi ei addasu

Cynulleidfa darged:

- Rhieni/gofalwyr plant a phobl ifanc yng Nghymru sy'n _____ oed ac sy'n
-

Rhestr o'r Adnoddau angenrheidiol:

- Cynllun y sesiwn
- Ffurflen adborth

Gallech chi fod angen:

- Papur/peniau
- Nodiadau gludiog
- Fflipsiart
- Adnoddau celf

Amser ar gyfer y sesiwn:

- Awgrymir 60 munud, ond mae modd ei addasu yn ôl anghenion y grŵp rydych chi'n gweithio gyda nhw.

Nodau'r sesiwn:

- Sicrhau mewnwelediad ehangach gan rieni/ofalwyr ar y canlynol:

- Casglu adborth gan rieni ar y canlynol:

Amser	Gweithgaredd
10 munud	<p>Cyflwyniadau</p> <p>Rhowch groeso i'r cyfranogwyr ac esbonio nodau'r sesiwn.</p> <p>Esboniwch beth byddwch chi'n ei drafod a phwysigrwydd casglu eu meddyliau a'u hadborth.</p> <p>Trafodwch sut byddwch chi'n casglu eu barn.</p> <p>Efallai byddwch chi am drafod ambell gytundeb grŵp - cliciwch yma</p> <p>Gweithgareddau torri'r garw</p> <p>Mae hon yn ffordd dda o sicrhau bod pawb yn defnyddio'u llais ac yn ymlacio wrth gymryd rhan. Bydd hefyd yn cefnogi deinameg y grŵp os yw'n grŵp newydd.</p> <p>I gael syniadau ar gyfer gweithgareddau torri'r garw cliciwch yma</p>
40 munud	<p>Gweithgaredd(au) Ymgynghori</p> <p>Ym mhrif ran y sesiwn byddwch chi'n ennyn diddordeb rhieni yn yr ymgynghoriad penodol/y pwnc dan sylw. Gallwch wneud hynny mewn amrywiol ffyrdd, a darparwyd amrywi-aeth o ddulliau:</p> <p>Syniadau ar gyfer gweithgareddau Ymgynghori - cliciwch yma</p> <p>Adran Adnoddau - cliciwch yma</p>
10 munud	<p>Crynodeb a diwedd glo</p> <ul style="list-style-type: none">• Crynowch adborth y cyfranogwyr a'r mewnwelediad a gafwyd yn ystod y sesiwn.• Esboniwch y bydd eu hadborth yn werthfawr a beth rydych chi'n bwriadu ei wneud ag e.• Rhowch gyfle i'r rhieni rannu unrhyw feddyliau olaf ar feysydd pwnc neu sut aeth y sesiwn.• Diolchwch iddyn nhw am eu hamser a'u mewnbwn.

Cynllun sesiwn enghreifftiol ar gyfer Gweithdy Celf

Gweithdy: Gweithdy celf:- 'Myfyrio ar fod yn rhiant/ofalwr'

Hyd y gweithdy: 45 munud - 60 munud

Disgrifiad o'r sesiwn: Rhieni/rhoddwyr gofal yn cymryd rhan mewn gweithdy creadigol, myfyriol ar eu profiad o fod yn rhieni/rhoddwyr gofal.

Nodau'r sesiwn:

- Darparu plattform ar gyfer hunan-fynegiant a myfyrio trwy gelf.
- Annog cyfranogwyr i drafod eu profiadau o fod yn rhiant a'u hanghenion cefnogi.
- Cyflwyno'r cysyniad o rianta cadarnhaol a'i berthnasedd.
- Creu amgylchedd croesawgar, heb feirniadaeth, ar gyfer rhannu agored.

Cynulleidfa darged: Rhieni/gofalwyr plant a phobl ifanc 0-18 oed yng Nghymru sy'n chwilio am gefnogaeth magu plant.

Rhestr o'r adnoddau sy'n angenrheidiol:

- Cynllun o'r sesiwn
- Canfasiau bach
- Paledi paent, brwshys paent, potiau brwshys, llieniau bwrdd untro, sticeri.

Amser	Gweithgaredd	Adnoddau
5 munud	<p>Cyflwyniad</p> <ul style="list-style-type: none"> • Croesawu'r cyfranogwyr a chyflwyno amcanion y gweithdy. • Esbonio'r cyfrwng celf yn gryno (paent acrylig) a chanfas. • Annog awyrgylch hamddenol, agored, lle gall y rhieni gael hwyl. 	<p>Cynllun y Sesiwn</p> <p>Lleiniau untro ar y byrddau</p>
5 munud	<p>Cefndir CRhC a'r prosiect yma</p> <p>Esbonio wrthyn nhw beth yw prosiect 'Cyswllt Rhieni Cymru' a phwysigrwydd rhannu eu barn â ni</p>	
5 munud	<p>Rhianta Cadarnhaol</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gofyn i'r cyfranogwyr ddiffinio'n gryno beth mae rhianta cadarnhaol yn ei olygu iddyn nhw. • Gwahodd rhai o'r cyfranogwyr i rannu eu diffiniadau. • Darparu'r diffiniad (sydd i'w weld ar waelod y tabl yma) 	<p>Diffiniad o rianta cadarnhaol</p>
20-35 munud	<p>Gweithgaredd Celf</p> <p>Darparu'r deunyddiau celf i'r cyfranogwyr.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rhoi cyfarwyddyd i'r cyfranogwyr ddewis un o'r opsiynau isod i greu darn bach o gelf sy'n cynrychioli:- <ul style="list-style-type: none"> • A) Eu taith fel rhiant neu • A) Beth mae rhianta cadarnhaol yn ei olygu iddyn nhw • Pwysleisio wrthyn nhw mai'r ffocws yw mynegi eu hunain a mwynhau. 	<p>Canfasiau bach, paledi paent, paent, brwshys, potiau brwshys</p>
5 munud	<p>Diwedd glo ac Adborth</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gwahodd y cyfranogwyr i rannu eu gweithiau celf ac esbonio'r symboliaeth yn gryno. • Trafod y themâu / syniadau allweddol a ddaeth i'r amlwg o'r gweithdy celf. • Gofyn i rieni enwi eu llun ac ysgrifennu un frawddeg amdano ar sticer. 	<p>Sticeri</p>

Amser	Gweithgaredd	Adnoddau
5 munud	<p>Gwerthuso'r sesiwn</p> <p>Gofynnir i chi gynnal gwerthusiad byr o'r dull a ddefnyddiwyd trwy gasglu ymatebion i'r cwestiynau canlynol.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wnaethoch chi fwynhau'r sesiwn yma? 2. Beth oeddech chi'n hoffi amdani? 3. Beth allai wneud y sesiwn yn well? 	Ffurflen adborth
	<p>Diolch a Hwyl Fawr</p> <ul style="list-style-type: none"> • Darparu adnoddau ar gefnogaeth i rieni ar gyfer y rhai sydd â diddordeb mewn dysgu mwy (Gwefan 'Magu Plant. Rhowch Amser Iddo'). • Diolch i'r cyfranogwyr am eu mewnwleidiad a'u cyfraniadau. 	www.gov.wales/parenting-give-it-time

Cynghorion ar gyfer Hwyluso Trafodaethau Grŵp a Rheoli Amser

1. Sefydlu Amcanion Clir

- Cytuno'n glir ar yr amcanion gyda mewnbwn gan rieni ar y cychwyn.

2. Creu Awyrgylch Croesawgar

- Meithrin amgylchedd lle mae rhieni'n teimlo'n gyfforddus yn mynegi eu barn.
- Defnyddio iaith gadarnhaol ac annog gwrando gweithredol.

3. Gweithgaredd Torri'r Garw i Feithrin Perthynas o fewn y Tîm

- Dechrau gyda gweithgaredd byr i dorri'r garw er mwyn hwyluso datblygu perthynas o fewn y tîm a chyflwyno'r cyfranogwyr i'r drafodaeth yn raddol.

4. Diffinio Tasgau'r Grŵp yn Glir

- Rhannu'n glir y tasgau a roddir i bob grŵp yn ystod y gweithgaredd.
- Os bydd gofyn, darparu cyfarwyddiadau ysgrifenedig NEU siart weledol i osgoi dryswch.

5. Monitro Deinameg y Grŵp

- Rhoi sylw i ddeinameg y grŵp ac ymyrryd yn ofalus os bydd unrhyw gyfranogwr yn dominyddu'r drafodaeth.
- Annog cyfranogwyr mwy tawel i rannu eu meddyliau.

6. Rheoli Amser

- Dyrannu terfynau amser penodol fel bod pob gweithgaredd/eitem yn cadw at yr amserlen.
- Defnyddio ciwiau gweledol neu amseryddion i atgoffa'r grwpiau am y cyfyngiadau amser.

7. Annog Cyfranogiad Cynhwysol

- Sicrhau bod pawb yn cael cyfle i gyfrannu a defnyddio'u llais.
- Cyfeirio cwestiynau at wahanol aelodau o'r grŵp er mwyn cynnwys pawb.

8. Rheoli'r Rhannu Gwybodaeth gan y Grŵp

- Gosod terfyn amser penodol ar gyfer adborth pob grŵp.
- Hwyluso sesiwn Holi ac Ateb fer ar ôl pob gweithgaredd i gynnal ymgysylltiad.

9. Parhau'n Hyblyg

- Bod yn hyblyg wrth addasu cyflymder y drafodaeth ar sail anghenion y grŵp.
- Caniatáu amser ychwanegol os bydd pwnc yn arwain at drafodaeth helaeth.

10. Defnyddio Cymhorthion Gweledol yn Effeithiol

- Defnyddio elfennau gweledol i wella dealltwriaeth.
- Gall cymhorthion gweledol helpu i gyfleu gwybodaeth yn effeithlon, a chynnal diddordeb rhieni.

11. Cynnal Ffocws y Drafodaeth

- Llywiwch y drafodaeth yn ofalus yn ôl i'r prif bynciau os bydd yn crwydro oddi ar y trywydd.

12. Annog Adborth Adeiladol

- Meithrin amgylchedd lle mae rhieni'n teimlo'n gyfforddus yn rhoi adborth adeiladol.
- Annog adborth ar y broses ei hun, yn ogystal â'r pynciau dan sylw.

13. Blaenoriaethu Pwyntiau Allweddol

- Crynhoi'r pwyntiau allweddol a drafodwyd i sicrhau eglurder.
- Canolbwyntio ar y cipolygon mwyaf perthnasol ac effeithiol.

14. Neilltuo Amser i Fyfyrio

- Caniatáu amser ar y diwedd i fyfyrio a rhoi adborth.
- Cydnabod a gwerthfawrogi cyfraniadau'r rhieni.

Nodyn: Canllaw yn unig yw'r rhain, addaswch nhw ar sail deinameg benodol y grŵp, a byddwch yn barod i addasu yn ôl y galw yn ystod y sesiwn.



Gwybodaeth a hyfforddiant diogelu

Wrth ymgysylltu â rhieni fe allen nhw rannu gwybodaeth sy'n achosi pryder i chi, ac mae angen i chi wybod beth i'w wneud. Mae gennych chi ddyletswydd gofal i roi gwybod am unrhyw bryderon sydd gennych.

Rhestr wirio diogelu

- Oes gan eich sefydliad bolisi diogelu ac amddiffyn plant? Mae angen un ar bob sefydliad sy'n gweithio gyda Phlant, Pobl Ifanc a Theuluoedd.
- Ewch ati i ddarllen a deall polisi diogelu ac amddiffyn plant eich sefydliad.
- Ewch ati i lawrlwytho a defnyddio ap 'Gweithdrefnau Diogelu Cymru'. Dewch yn gyfarwydd â'r cynnwys.
- Dylech fod yn ymwybodol o'r rhif ffôn ar gyfer gwasanaethau oedolion a phlant yn eich awdurdod lleol.
- Dylech ddeall a dod yn gyfarwydd â'r broses/weithdrefn ar gyfer rhoi gwybod am bryderon diogelu.
- Gwybod pwy yw eich swyddog diogelu
- Sicrhau bod eich staff wedi cael hyfforddiant digonol, gwirio pa lefel o hyfforddiant sydd gan eich gweithwyr a pha grŵp o hyfforddiant mae arnyn nhw ei angen

I gael gwybod pa hyfforddiant sy'n ofynnol, ewch i [Gofal Cymdeithasol Cymru Hyfforddiant Diogelu | Gofal Cymdeithasol Cymru](#)

Mae Plant yng Nghymru yn darparu hyfforddiant [Safonau Cenedlaethol Hyfforddiant Diogelu, Dysgu a Datblygu \(childreninwales.org.uk\)](#)

I gael rhagor o wybodaeth, ewch i [Diogelu Cymru](#)



Ffurflen Adborth

Cyswllt Rhieni Cymru



PLANT YNG NGHYMRU
CHILDREN IN WALES

Dyddiad yr ymgynghori:	
Nifer y rhieni a fu'n cymryd rhan:	
Mamau:	
Tadau:	
Eraill:	
Oed y plant:	
Ardal yng Nghymru:	
Sefydliad oedd yn hwyluso'r sesiwn:	
Pwnc/thema a drafodwyd:	



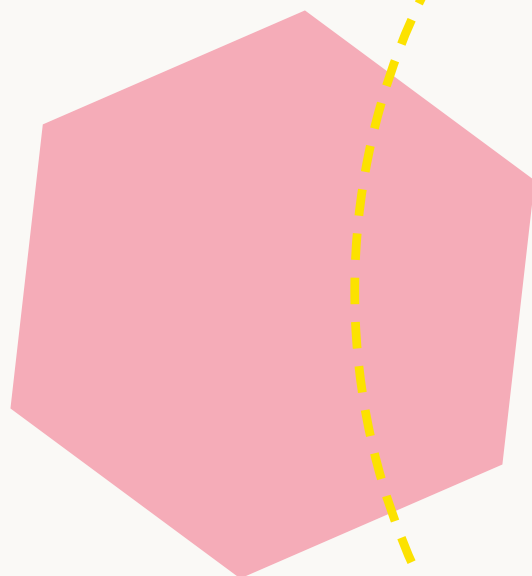
<p>Cwestiynau a ofynnwyd ac adborth a gasglwyd:</p> <p>Atodwch luniau neu nodiadau os yw hynny'n haws</p>	
<p>Unrhyw sylwadau pellach neu wybodaeth bellach:</p>	

Mae modd argraffu'r ffurflen [yma](#).

Diolch am gymryd amser i lenwi'r ffurflen adborth. Anfonwch hi i:
parentsconnect@childreninwales.org.uk



Adnoddau



Beth yw CCUHP?

Dogfen a gytunwyd yn rhyngwladol yw Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP), sy'n cydnabod pwysigrwydd hawliau a rhyddid plant a bob amser yn rhoi lles pennaf y plentyn yn gyntaf.

Mae'n rhestr o'r hawliau sydd gan bob plentyn 0-18 oed. Mae cyfanswm o 54 o hawliau, sy'n cael eu galw'n 'Erthyglau'.

Yn y pen draw mae'n trafod y pethau sydd eu hangen ar bob plentyn i dyfu i fyny'n Hapus, yn lach ac yn Ddiogel.

Mae CCUHP yn cydnabod bod rhieni/gofalwyr yn chwarae rhan allweddol wrth sicrhau bod hawliau plant yn cael eu gwireddu, gan fod hawliau'n cael eu diogelu gyntaf oddi mewn i deuluoedd. O ganlyniad, mae'n bwysig bod rhieni/gofalwyr yn deall hawliau plant ac yn cael eu cynorthwyo i sicrhau eu bod yn cael eu harddel.

Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn

1 Rydw i o dan 18, felly mae'r hawliau yma i fi

2 Mae gen i'r hawliau yma beth bynnag sy'n digwydd

3 Rhaid i unrhyw benderfyniadau ystyried beth sydd orau i fi

4 Rhaid i fy Llywodraeth wneud yn siŵr mod i'n cael mynediad at fy holl hawliau

5 Rhaid i fy rhieni/ngofalwyr gael cefnogaeth i mi allu cael mynediad at fy holl hawliau

6 Mae gen i hawl i fywyd

7 Mae gen i hawl i enw a chenedl

8 Mae gen i hawl i hunaniaeth

9 Mae gen i hawl i fyw gyda fy nheulu, os dyna sydd orau i fi

10 Mae gen i hawl i weld fy nheulu os nad ydyn nhw'n byw gyda fi

11 Mae gen i hawl i beidio â chael fy nghymryd allan o'm gwlad yn anghyfreithlon

12 Mae gen i hawl i gael fy marn wedi'i chlywed a'i chymryd o ddiifri

13 Mae gen i hawl i fynediad at wybodaeth ddibynadwy

14 Mae gen i hawl i fynegi fy hunan

15 Mae gen i hawl i'm meddyliau, fy nghred a'm crefydd fy hun

15 Mae gen i hawl i grwrdd â ffrindiau ac ymuno â grwpiau

16 Mae gen i hawl i breifatrwydd

17 Mae gen i hawl i gael fy magu gan y ddau riant os yw hynny'n bosib

18 Mae gen i hawl i gael fy magu gan y ddau riant os yw hynny'n bosib

19 Mae gen i hawl i gael fy nghadw'n ddiogel rhag trais, camdriniaeth neu esgeuluso

20 Mae gen i hawl i gael gofal ac amddiffyniad os wyf i'n methu byw gyda'm teulu fy hun

21 Mae gen i hawl i'r gofal gorau os caf fy mabwysiadu

22 Mae gen i hawl i gael gofal ac amddiffyniad os wyf i'n ffoadur

23 Mae gen i hawl i amddiffyniad a chefnogaeth arbennig os oes gen i anabledd

24 Mae gen i hawl i ofal iechyd da

25 Os wyf fi ar wahân i'm teulu, rhaid adolygu fy nhriniaeth a'm gofal yn rheolaidd

26 Rhaid i'm teulu gael help ariannol os bydd angen hynny arny'n nhw

27 Mae gen i hawl i fywyd, ddiad, a chartref glân, diogel

28 Mae gen i hawl i addysg

29 Mae gen i hawl i gyrraedd fy mhotensial llawn

30 Mae gen i hawl i ddysgu am fy niwyliaint, fy arferion, fy iaith a'm crefydd

31 Mae gen i hawl i ymlacio, chwarae, a chymryd rhan mewn gweithgareddau diwyllianol

32 Mae gen i hawl i gael fy amddiffyn rhag gwneud gwaith peryglus

33 Mae gen i hawl i gael fy amddiffyn rhag cyffuriau anghyfreithlon

34 Mae gen i hawl i gael fy amddiffyn rhag cam-drin rhywiol

35 Mae gen i hawl i gael fy amddiffyn rhag cael fy nghipio, fy ngwerthu a'm masnachu

36 Mae gen i hawl i gael fy nghadw'n ddiogel rhag niwed

37 Rhaid i fi gael fy nhrin â pharch a gofal os caf fy nghyhuddo o dorri'r gyfraith

38 Rhaid i mi beidio ag ymuno â'r fyddin nes mod i'n 15 oed o leiaf

39 Mae gen i hawl i help ychwanegol os wyf fi wedi cael fy anafu, fy esgeuluso, neu fy nhrin yn wael

40 Os bydda i'n cael fy nghyhuddo o dorri'r gyfraith, mae gen i hawl i help cyfreithiol ac i gael fy nhrin yn deg

41 Os oes gan fy ngwlad gyfreithiau ychwanegol i amddiffyn plant, rhaid eu dilyn nhw

42 Mae gen i hawl i wybod am fy holl hawliau

CYMRU | FRANCE | YOUNG WALES
PLANT THE CONVENTION ON THE RIGHTS OF THE CHILDREN IN WALES

Lluniwyd y daflen fer hon ar gyfer rhieni, i'w helpu i ddeall beth yw Hawliau Plant a sut gallan nhw eu cefnogi.



PLANT YNG NGHYMRU
CHILDREN IN WALES



Deall Hawliau Plant

Sut gall Rhieni gefnogi Hawliau Plant

Beth yw CCUHP?



Ydych chi wedi clywed am **Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP)??**

Mae'n rhestr o'r hawliau sydd gan bob plentyn 0-18 oed.

Mae'r hawliau yma'n cael eu cyflwyno yn CCUHP; mae 54 o hawliau i gyd, ac maen nhw'n cael eu galw'n 'Erthyglau'.

Dogfen y cytunwyd arni'n rhyngwladol yw hon, sy'n cydnabod pwysigrwydd hawliau a rhyddid plant, ac sydd bob amser yn rhoi lles pennaf y plentyn yn gyntaf.

Mae hawliau'n sicrhau bod pawb ohonon ni'n cael ein trin yn deg, a'n bod ni'n gallu cyflawni hyd eithaf ein potensial. Mae gan blant **hawliau ychwanegol** o gymharu ag oedolion, oherwydd bod **angen mwy o amddiffyn** arnyn nhw, ac maen nhw'n **ddibynnol iawn** onar yr oedolion o'u cwmpas.

Yn y bôn, mae'n ymwneud â'r pethau mae ar bob plentyn eu hangen i dyfu i fyny'n Hapus, yn lach ac yn Ddiogel.



Beth mae hynny'n ei olygu i rieni?

Fe wnaethon ni ofyn i rieni beth sydd ei angen ar blant i dyfu i fyny'n Hapus, yn lach ac yn Ddiogel, a dyma oedd eu hymateb:

cariad amgylchedd diogel
awyrgylch hapus **cynhesrwydd**
cartref ffiniau **teulu** **addysg**
cael eu clywed **bwyd** diogelwch

Roedd cysylltiad rhwng yr ymatebion a llawer o'r Erthyglau yn y confensiwn:

Mae '**teimlo'n ddiogel**' a '**diogelwch**' yn cysylltu ag Erthygl 19 o CCUHP, sy'n dweud '**na ddylai plant gael eu niweidio, ac y dylen nhw gael gofal a'u cadw'n ddiogel**'.

Mae '**teulu, cariad a chynhesrwydd**' yn cysylltu ag Erthygl 18, sy'n dweud '**Mae'r ddau riant yn rhannu'r cyfrifoldeb am fagu eu plant, a dylen nhw bob amser feddwl beth sydd orau i bob plentyn unigol**'.

Mae '**cael eu clywed**' yn cysylltu ag Erthygl 12 '**Hawl i ddweud beth rydych chi'n meddwl ddylai ddigwydd a chael gwrandawriad**'.

Ymhlith yr Hawliau Eraill mae:

- Hawl i fywyd
- Hawl i gael enw
- Hawl i gael addysg
- Hawl i ymlacio a chwarae



I ddarllen CCUHP yn llawn, ewch i: [UN Convention on the Rights of the Child - UNICEF UK](#)

Beth gall rhieni wneud i gefnogi hawliau eu plentyn?

Fel rhiant, chi yw cefnogwr cryfaf hawliau eich plentyn. Chi sy'n nabod eich plentyn orau ac yn gwybod beth sydd ei angen arnyn nhw.

Fe wnaethon ni ofyn i rieni beth roedden nhw'n meddwl gallen nhw wneud i sicrhau bod eu plant yn derbyn eu hawliau:

gwybod beth yw eu hawliau **amddiffyn**
darparu cartref cariadus **bod yn eiriolydd i'w llais**
cefnogi nhw gwranddo **ffordd iach o fyw**
bod yn onest am y brwydrau **codi llais**
darparu lle diogel **sicrhau eu bod nhw'n cael y gofal**
meddygol cywir, e.e. meddyg/deintydd
rhoi anogaeth

Mae CCUHP yn cydnabod rôl allweddol rhieni, gofalwyr a theuluoedd yn cefnogi plant o ran:

- eu lles pennaf
- amddiffyn eu hawliau
- codi llais drostyn nhw a gwneud yn siŵr bod eu hawliau'n cael eu cyflawni.

Rydyn ni'n gwneud hyn bob dydd, hyd yn oed os nad ydyn ni'n ymwybodol o hynny. Er enghraifft, wrth fynd at y meddyg neu wrth siarad â'r Feithrinfa neu Athro Ysgol a gofyn am gefnogaeth.

Nid cais ychwanegol neu rywbeth fydd yn creu rhagor o waith i chi yw CCUHP.

Dyw e ddim chwaith yn golygu bod rhyddid i'ch plentyn wneud beth bynnag maen nhw eisiau pryd bynnag maen nhw eisiau!



Mae'n rhoi iaith i chi fedru cefnogi eich plentyn, yn yr ysgol, gyda'r meddyg, neu unrhyw le arall.

Os oes angen cefnogaeth arnoch chi i sicrhau hawliau eich plentyn, neu os hoffech chi gael rhagor o wybodaeth, ewch i:

[Plant yng Nghymru | Hafan](#)

[Comisiynydd Plant Cymru \(complantcymru.org.uk\)](http://complantcymru.org.uk)

I ddarllen CCUHP yn llawn, ewch i [UN Convention on the Rights of the Child - UNICEF UK](#)

Mae'r daflen ar gael hefyd yn y prif ieithoedd cymunedol:

- Wrdw [UNCRC_Leaflet_Urdu.pdf](https://childreninwales.org.uk/uncrc-leaflet-urdu) (childreninwales.org.uk)
- Rwmaneg [UNCRC_Leaflet_Romanian.pdf](https://childreninwales.org.uk/uncrc-leaflet-romanian) (childreninwales.org.uk)
- Pwyleg [UNCRC Leaflet_Screen version \(2\) \(1\).pdf](https://childreninwales.org.uk/uncrc-leaflet-screen-version-2-1) (childreninwales.org.uk)
- Bangla [UNCRC_Leaflet_Bangla.pdf](https://childreninwales.org.uk/uncrc-leaflet-bangla) (childreninwales.org.uk)
- Arabeg [UNCRC_Leaflet_Arabic.pdf](https://childreninwales.org.uk/uncrc-leaflet-arabic) (childreninwales.org.uk)



Cynghorion gwyh ar gyfer cefnogi rhieni

Mae'r holl bosteri hyn wedi'u datblygu gyda rhieni ac mae modd eu lawrlwytho. Gallwch ddod o hyd i'r dolenni isod.



PLANT YNG NGHYMRL
CHILDREN IN WALES



CYSWLLT RHIENI CYMRU
PARENTS CONNECT WALES

Beth yw'r ffyrdd gorau o gefnogi ac ymgysylltu â rhieni?

Bydd rhieni'n cynnig awgrymiadau ymarferol i gefnogi eu cyfranogiad



Darparu gwybodaeth

- Pecynnau cychwynnol gan ysgolion
- Cyfryngau Cymdeithasol – Facebook, TikTok, Instagram
- Posterï
- Rhannu gwybodaeth sy'n hawdd ei darllen
- Trwy ymweliadau â sefydliadau lleol/grwpiau ac ysgolion, stondinau dros dro a digwyddiadau cymunedol



Rhoi cefnogaeth i rieni

- Cynnig gwasanaethau cefnogi
- Darparu rhywun i fod yn gyfaill/fentor
- Pobl sydd wedi mynd trwy'r broses i arwain ac annog eraill



Ymgysylltu â rhieni

- Meithrin perthnasoedd ac ymddiriedaeth
- Rhannu profiadau bywyd a hanesion am lwyddiant i ddangos beth sy'n gallu cael ei gyflawni
- Cynnig amrywiaeth o ffyrdd o gymryd rhan – nid dim ond cyfranogi/ymgyngori
- Darparu cyfleoedd i wirfoddoli
- Adnabod a meithrin potensial rhieni
- Eu gwobrwyo am eu hamser a chynnig cymhelliant (talebau, gwobrau cydnabyddiaeth, dysgu sgiliau newydd)
- Cydnabod, gwerthfawrogi a meithrin eu potensial
- Bod yn greadigol, gwneud y cyfan yn ddifyr a chynnwys eu plant
- Rhoi adborth, mae angen iddyn nhw wybod bod eu 'llais' wedi'i glywed



Cynhyrchwyd y poster yma ar y cyd â rhieni o'r Rhwydwaith Rhieni, Mai 2023

www.childreninwales.org.uk





PLANT YNG NGHYMRL
CHILDREN IN WALES



Awgrymiadau gwych i weithwyr proffesiynol



Er mwyn cynnwys rhieni

Wrth gynnwys rhieni, mae angen sicrhau amgylchedd:

- Anfeirniadol
- Croesawgar
- Cefnogol
- Cynhwysol
- Â ffocws cymunedol
- Rhywle diogel, sy'n derbyn pobl

“Pan fyddwn ni'n defnyddio'n llais, peidiwch â barnu na gorfodi syniadau arnon ni”

“Dewch aton ni i gwrdd lle rydyn ni”

“Gwnewch hyn yn hwyl a chynnwys ein plant”

Cynhyrchwyd y poster yma ar y cyd
â rhieni o'r Rhwydwaith Rhieni, Mai 2023

www.childreninwales.org.uk



Gwahanol ffyrdd o gymryd rhan



PLANT YNG NGHYMRLU
CHILDREN IN WALES



CYSWLLT RHINIENI CYMRU
PARENTS CONNECT WALES

Ym mha wahanol ffyrdd gall rhieni gymryd rhan a lleisio barn?



Ar-lein/ysgrifenedig

- Pôl piniwn ar-lein
- Fforymau ar-lein
- Arolygon ar-lein
- Adroddiadau adborth

Gweithgareddau

- Digwyddiadau a grwpiau ymgynghori
- Digwyddiadau a grwpiau cymunedol
- Cyfleoedd i leisio barn

Ysgolion a Lleoliadau Blynyddoedd Cynnar

- Cyfarfodydd CRhA
- Cyfathrebu'n rheolaidd â'r lleoliad
- Ffordd i fynegi pryderon

Y gymuned leol

- Siarad â'r cynghorydd lleol
- Grwpiau plant bach
- Siarad â rhieni eraill
- Pleidleisio
- Gweithio trwy sefydliadau a grwpiau i gefnogi cyfraniad rhieni

Cynhyrchwyd y poster yma ar y cyd â rhieni o'r Rhwydwaith Rhieni, Mai 2023

www.childreninwales.org.uk



https://www.childreninwales.org.uk/download_file/force/1043/1488/

Syniadau ar gyfer sut mae ymgysylltu â rhieni



Lefelau cyfranogiad

Syniadau gan rieni ynghylch sut mae ymgysylltu â nhw



Cynhyrchwyd y poster yma ar y cyd â rhieni o'r Rhwydwaith Rhieni, Mai 2023
www.childreninwales.org.uk

Gwneud iddyn nhw:
Addysgu a darparu gwybodaeth
Gwybodaeth, addysg, cefnogaeth

Syniadau ar gyfer su mae gwneud hyn:

- Siarad ag eraill • Digwyddiadau cymunedol • Cyfryngau Cymdeithasol
- Cyfarfodydd mewn ysgolion
- Gwirfoddoli • Plattfformau rhyngweithiol
- Cwrdd ac ymgysylltu ar y cyd
- Gweithdai rhieni • Codi arian
- Mynd i ymgynghoriadau
- Ymuno â grwpiau eraill

Gwneud gyda nhw:
Cydgyhyrchu, cyd-ddylunio
Cydweithio, grymuso

Syniadau ar gyfer su mae gwneud hyn:

- Rhwydweithio • Hysbyseb
- Posterï • Gwefannau • Facebook
- Rhoi'r gair ar led • Negeseuon testun • Tafenni • Grwpiau lleol
- Seesaw • Boreau coffi

Gwneud drostyn nhw
Ymgysylltu, ymgynghori
Ymgynghori, cydweithio

Syniadau ar gyfer su mae gwneud hyn:

- Gwirfoddoli • Cymryd cyfleoedd
- Hyrwyddwyr rhieni a chymunedau
- Cael llais ym mhenderfyniadau'r llywodraeth • Grwpiau cyfansoddiadol
- CRHA • Awa



https://www.childreninwales.org.uk/download_file/force/1047/1488/

Hoffai Cyswllt Rhieni Cymru ddiolch i bawb sydd wedi cefnogi datblygiad y pecyn offer yma.

Mae'r holl ffotograffau a gwaith celf sy'n rhan o'r pecyn offer wedi cael eu cynhyrchu gan rieni ar draws Cymru sydd wedi ymgysylltu â'n prosiect.

Cynhyrchwyd ym mis Tachwedd 2024 gan Cyswllt Rhieni Cymru (Plant yng Nghymru). Cewch ragor o wybodaeth ar Hyb Ar-lein Cyswllt Rhieni Cymru

[Hyb Cyswllt Rhieni Cymru](#)

I gael rhagor o wybodaeth ewch i wefan Plant yng Nghymru

<https://www.childreninwales.org.uk>

