

Cylchlythyr Dysgwyr

YN RHIFYN MIS YMA:

- WYTHNOS PRENTISIAETH
- AMLGREFYDD
- DIOGELU
- DIWEDDARIAD CORONAFEIRWS
- DYDDIADAU NODEDIG
- DIWYLLIANT CYMRAEG
- CYDRADDOLDEB AC AMRYWIAETH

DIOGELU TRAIS YN Y CARTREF

Ers cyfnod cloi y pandemig, mae adroddiadau o gynnydd yn y nifer o achosion o drais a chamdrin yn y cartref.

Mae rhai elusenau trais yn y cartref yn adrodd cynydd aruthrol yn y nifer o alwadau, a gall trais yn y cartref ddigwydd i unrhywun dim ots eu hil, rhyw neu statws

Mathau o Drais yn y Cartref:

Corfforol: e.e. ymddygiad bygythiol, bygythiadau o ddefnydd trais, trais yn erbyn teulu neu anifeiliad annwes

Rhywiol: e.e. aflonyddu rhywiol, gorfodi gweithredau rhywiol yn erbyn ewyllus (gan gynnwys treisio)

Emosiynol: e.e. bychanu, nadu rhag gweld ffrindiau a theulu.

Ariannol: e.e. rheoli incwm teulu, gwneud rhywun yn atebol am bob ceiniog wariwyd, peidio gadael i chi wario eich pres eich hun.

Mae ymddygiad rheoli wedi ei ddylunio i wneud person yn ddiabynnol gan eu ymysu rhag ffynonellau cefnogaeth. Mae ymddygiad gorfodi yn batrwm o ymosodiadau, bygythiadau, codi cywilydd a brawychiad.

Mae Coronafeirws wedi golygu fod pobl yn treulio fwy o amser yn y cartref, a/ neu yn hunan-ynysu, a mae ffynonellau cefnogaeth ar goll, yn enwedig ffrindiau a theulu, a cydweithwyr.

Mae Llywodraeth y DU wedi lansio ymgyrch Swyddfa Gartref "Dydych chi ddim ar eich pen eich hun" i godi ymwybyddiaeth

Mae'r Llinell Gymorth Trais yn y Cartref Cenedlaethol 24 awr ar gael ar 0808 2000 247. Mae'n cael ei redeg gan yr elusen Refuge. Mae Llinerth Gymorth Cenedlaethol LHDT+ yn cynnig cefnogaeth a cymorth i'r gymuned LHDT : 0800 999 5428.

Mae Cymorth Merched Cymraeg yn cynnig cymorth a gwasanaethau cefnogol, gan gynnwys eu llinell gymorth Byw Heb Ofn: sydd ar gael 24 awr / 7 diwrnod yr wythnos 0808 8010 800.-Text 0786 007 7333.

Cofwch: os and ydych yn gallu siarad ac eich bod angen help yn syth bydd Heddlu yng Nghymru yn ymateb i alwad 999 distaw.

Dialwch 999 ac yna 55, i ddangos and ydych yn gallu siarad ond bod angen help arnoch.

Rydym yn cefnogi hawl pawb i fod yn rhydd o drais ac yn adnabod fod diogelwch a lles yn bennaf. Os oes gan unrhyw ddysgwr bryderon o gwbl ynglyn â diogelu, yna cysylltwch gyda:

Karen Smith, Cyfarwyddyd, Person Diogelu Dynodedig
01633 252502 - karen@cadcentreuk.com
- **Linda Thomas, Rheolwr Cyffredinol**
01792 644178 - linda.thomas@cadcentreuk.wales

DIWYLLIANT CYMRAEG

6^{ed} Chw -20^{fed} Mawrth. Pencampwriaeth y Chwe Gwlad. Mae'r gemau yn mynd yn eu blaen, er nad ydy cefnogwyr yn cael mynychu'r stadium. Cymru v Iwerddon ar y 7fed o Chwefror, yn Stadiwm y Principality yng Nghaerdydd. Gem yn cychwyn am 3yh. Cefnogwch eich tîm o adref.

13^{eg} Chw-6^{ed} Meh. Cystadlaethau Gelf Artes Mundi, Caerdydd. Un o gystadlaethau celfyddydau gweledol cyfoes fwyaf Cymru. Bydd y wobr o £40,000 yn cael ei gyhoeddi ar y 11fed o Chwefror.

19^{eg}-28^{ain} Chwefror. Gwyl Ffilm Affrica Chapter Arts Centre, Caerdydd. Gwyl ffilm yn dod ag Affrica i Gymru. Gyda 10 teitl ffilm a gweithdau yn cydfynd, mae hwn yn brofiad gallwch wylio adref.

Mae pob ffilm ar gael i'w brynu. Gweler mwy o wybodaeth ar: boxoffice@chapter-arts-com.

DIWEDDARIAD CORONAFEIRWS

Ar y 29^{ain} Ionawr adolygodd Prif Weinidog Cymru y cyfnod clo, a penderfynodd fod rhaid i gyfyngiadau aros mewn lle nes o leiaf yr adolygiad nesaf ar y 19^{eg} o Chwefror.

Mae hyn yn golygu dylai pobl weithio o adref ble gallant, dim ond mynd allan ar gyfer ymarfer corff neu gyflenwad hanfodol, a dim cyfarfod pobl tu allan i'w swigau cymorth.

Mae pob siop di-hanfodol, lleoliadau lletygarwch, tafarndai a bwytai, ysgolion a cholegau, cyfleusterau hamdden, a canolfanau cymunedol yn parhau i fod wedi cau.

Hyd yn hyn mae dros 460,000 o bobl wedi cael o leiaf un dŵs o'r brechiad.

Mae'r brechlynau wedi eu cynllunio mewn grwpiau, gyda Cartrefi Gofal, y mwyaf bregus, a'r dros 80 yn y grwpiau blaenoriaeth.

Mae'r Gweinidog Iechyd Cymraeg wedi dweud y dylai pawb wedi cael cynnig y brechlyn erbyn yr Hydref.

Mae'r rheolau canlynol dal i fod:

Rhaid gwisgo mwgwd/gorchud wyneb ar drafnidiaeth cyhoeddus a mewn siopau.

Cadw pellter cymdeithasol o 2 fedr

Golchi dwylo / defnyddio glanweithydd dwylo yn rheolaidd.

Os oes rhywun yn dod i gysylltiad gyda rhywun sydd â'r feirws, rhaid iddynt hunan-ynysu am 14 diwrnod.



Cariad
"Car-yad"
Love



GAIR CYMRAEG Y MIS

GOGLEDD CYMRU : 0 1 2 4 8 6 7 0 0 3 9

DE CYMRU : 0 8 0 8 2 0 0 0 1 2 9



WYTHNOS PRENTISIAETH 8FED-14EG CHWEFROR

Mae gan Gymru raglen brentisiaeth hynod lwyddiannus, wedi ei adeiladu mewn partneriaeth gyda busnesau Cymraeg.

Rydym yn canolbwyntio ar ddarparu ansawdd gwych, y llwybrau sgiliau cywir a'r lefel gywir o gefnogaeth i helpu i sicrhau gwydnwch economaidd. Mae pob cyflogwr yng Nghymru, dim ots am eu maint nag eu sector, yn gallu mynedu ac ymgysylltu â'r Rhaglen Brentisiaeth sy'n cynnig hyfforddiant o safon uchel i unrhywun dros 16 oed i yrru economi sy'n seiliedig ar sgiliau a gwybodaeth: yn galluogi cyflogwyr a'u cyflogai i gyrraedd eu llawn botensial. Drwy gynnig prentisiaethau nid yn unig gall fusnesau gryfhau eu business gyda ffynhonnell o dalent, ond hefyd maent yn arfogi gweithluoedd y dyfodol gyda'r sgiliau iawn i sicrhau fod Cymru yn aros yn gystadleuol ar radd fyd-eang.

Mae Llywodraeth Cymru wedi datblygu eu system brentisiaeth i gwrdd â anghenion a blaenoriaethau Cymru, gyda ffocws ar safon a gwerth pres.

Os oes ganddoch ddi-ddordeb recriwtio prentis neu os ydych eisiau taflen i roi i'ch cyflogwr, yna trafodwch gyda'ch aseswr fydd yn hapus trafod hyn gyda chi a gyrru'r gwybodaeth.

Am fwy o wybodaeth ar recriwtio Prentis, ewch i <https://llyw.cymru/prentisiaethau-dewis-doeth>

BETH YW PRENTISIAETH?

Mae prentisiaethau yn ffordd cost-effeithiol i greu gweithlu medrus a hyblyg iawn, yn helpu i gefnogi anghenion sgiliau presennol a'r dyfodol. Os ydych yn dewis recriwtio, ail-hyfforddi neu adleoli eich gweithlu, mae darparu gwybodaeth swydd a sgiliau perthnasol yn hanfodol i gryfhau eich busnes.

Mae 23 sector prentisiaeth ar gael.

DYDDIADAU NODEDIG

1af-7fed Chwefror -Wythnos

Iechyd Meddwl Plant

5ed Chwefror— Dydd Miwsig Cymraeg

12fed Chwefror-Blwyddyn Newydd Tsieiniaidd. Blwyddyn yr ychen. Mae'r flwyddyn newydd Tsieiniaidd, neu Gwyl y Gwanwyn yn un o wyliau pwysicaf Tseina.

14^{eg} Chwefror— Dydd Sant Ffolant.

16eg Chwefror—Dydd Mawrth Ynyd (Dydd Mawrth Crempog). Diwrnod Cristnogol ar noswyl Ddydd Mercher y Lludw sy'n dynodi cychwyn cyfnod y Grawys, sy'n draddodiadol yn gyfnod o ymbrydio a myfyrio

27^{ain} Chw-11^{eg} Maw. Bythefnos Masnach Deg. Mae'n hybu pawb i ystyried ble mae eu bywyd yn dod o a sut i helpu pobl mewn gwledydd datblygedig

Cydraddoldeb ac Amrywiaeth.

Chwefror yw mis hanes LHDT.

Thema eleni yw : Corff, Meddwl, Ysbryd.

Mae'n amlycu hanes hawliau hoyw ac yn cymeryd lle pob mis Chwefror yn y DU gyda'r nod o hyrwyddo cydraddoldeb ac amrywiaeth.

Mae'n hyrwyddo cymdeithas fwy cynhwysol ble mae gwahaniaethau mewn rhywioldeb a rhyw yn cael eu derbyn.

Gweler y wefan yma am fwy o wybodaeth: lgbthistorymonth.org.uk

Mae hefyd gwybodaeth i'w gael ar wefan Stonewall: www.stonewall.org.uk



Newyddion Arall

Sgam brechlyn Cofid-19.

Mae'r Heddlu yn rhybuddio bod troseddwy'r yn gyrru negeseuon testyn/ebyst ffug yn cynnig brechlyn Cofid-19

Mae'r negeseuon/ebyst yma yn cynnig dolen i wefan GIG ffug ac yn gofyn am fanylion personol ac ariannol.

Mae troseddwy'r hefyd yn gwneud galwadau di-wahoddiad yn gofyn am daliadau am wneud trefniadau brechlyn Cofid.

Esiamplau yw rhain o'r sgamiau sy'n mynd ymlaen. Ni yw'r GIG yn codi ffi am y brechlyn, nag yn gofyn am fanylion banc neb.

Mae amddiffyn wedi ei ymestyn nes 31/03/21.

AMLGREFYDD

1af Chw--Gwyl y Canhwylau—Pagan.

2il Chwe- Cyflwyno'r Arglwydd Crist yn nhehl y Canhwylau—Cristnogol

3ydd Chwe- Setsubun/Gwasgaru Ffa —Tsiapaneaidd

8fed neu 15fed Chwe— Parinirvana —Bwdaidd

12fed Chw- Gwyl Flwyddyn Newydd —Tsieiniaidd

12-13eg Chw- LOSAR —Bwdaidd

14eg Chw- Dydd Sant Ffolant —Cristnogol/Cenedlaethol

16eg Chw- Dydd Mawrth Ynyd — Christnogol

17eg Chw-1af Ebrill- Dydd Mercher y Lludw—Grawys

GOGLEDD CYMRU : 0 1 2 4 8 6 7 0 0 3 9

DE CYMRU : 0 8 0 8 2 0 0 0 1 2 9

