Annwyl Rhieni / Gofalwyr,

## Rydyn ni yma i helpu i gadw eich plentyn yn ddiogel ar-lein

Mae O2 a'r NSPCC wedi dod at ei gilydd i geisio helpu holl blant a theuluoedd y DU i fod yn ddiogel ar-lein. Gyda'i gilydd maen nhw'n cynnig offer, cefnogaeth a chanllawiau i helpu rhieni a gofalwyr i gael sgyrsiau rheolaidd gyda'u plant am eu bywydau ar-lein.

## Ein gweithdy diogelwch ar-lein am ddim i rieni a gofalwyr

Rydyn ni'n gwahodd rhieni, gofalwyr neu aelodau o'r teulu i **weithdy diogelwch ar-lein am ddim** yn Ysgol Tregarth am 3.30 y.h ar 30.1.18 (Dydd Mawrth). Ar gyfer oedolion fydd cynnwys y gweithdy.

Bydd y gweithdy awr o hyd yn helpu rhieni, gofalwyr ac oedolion eraill i ddeall byd ar-lein eu plentyn. Bydd yn codi hyder er mwyn cael y sgyrsiau pwysig hynny sy'n gallu helpu i gadw plant yn ddiogel ar-lein a'ch helpu chi i wybod ble mae mynd i gael help a chyngor.

*"Ar ôl bod yn y gweithdy heddiw, rwy'n gweld pa mor bwysig yw sgwrsio gyda fy mhlentyn yn lle osgoi'r pwnc. Do'n i ddim yn gwybod bod pethau ro'n i'n gallu eu gwneud i wneud pethau'n well. Rwy' mor falch wnes i ddod i'r gweithdy yma. Byddaf yn bendant yn ffonio'r llinell gymorth neu'n mynd i'r siop i gael help, diolch."* – Rhiant a ddaeth i'r gweithdy

Peidiwch â cholli'r cyfle gwych hwn. Rhowch wybod os ydych chi am ddod drwy ddychwelyd bonyn isod.

Tan hynny, os bydd angen unrhyw gefnogaeth neu arweiniad arnoch am gadw plant yn ddiogel ar-lein, dyma ambell awgrym.

- Ewch i dudalennau gwe NSPCC a O2 NSPCC,
- Ffoniwch ein **Llinell Gymorth Diogelwch Ar-lein O2 NSPCC** am ddim ar **0808 800 5002**
- Llwythwch ein ap Net Aware i lawr o'r App Store neu Google Play
- Ewch draw i'ch siop O2 leol i gael help diogelwch ar-lein gan Guru – does dim rhaid i chi fod yn un o gwsmeriaid O2 hyd yn oed!
- Cofrestrwch i gael ein cylchlythyr e-bost.

Diolch yn fawr

.....

## Gweithdy diogelwch ar-lein am ddim i rieni a gofalwyr - 30.1.18

## Mae gen i ddiddordeb mewn mynychu'r gweithdy

## Enw.....

O2 NSPCC

Let's keep kids safe online