

Ydych chi, neu rywun yr ydych chi'n ei adnabod, wedi dioddef o gamdriniaeth yn y cartref neu drais rhywiol?

# Os felly, ffoniwch Llinell Gymorth Camdriniaeth yn y Cartref a Thrais Rhywiol Cymru Gyfan

Dangos y Ffordd...

Rydym ni'n cynnig llinell gymorth ddwyieithog sydd ar gael 24 awr y dydd yn rhad am ddim\*. Mae'r llinell yn cynnig gwybodaeth, cymorth a chyngor i fenywod, dynion a phlant sy'n dioddef o gamdriniaeth yn y cartref neu drais rhywiol.

Cymorth...

Mae gan ein staff cyfeillgar y sgiliau sydd eu hangen i'ch helpu i wneud eich penderfyniadau eich hun heb unrhyw bwysau, a chydag urddas a pharch.

Diogelwch...

Mae eich diogelwch yn hollbwysig i ni a gallwn eich helpu i gymryd camau i ddiogelu eich hun.

Loches...

Gallwn ganfod lloches i fenywod, dynion a'u plant.

# 0808 80 10 800



Llinell Gymorth Camdriniaeth yn y Cartref a Thrais Rhywiol Cymru Gyfan

All Wales Domestic Abuse and Sexual Violence Helpline

## 0808 80 10 800



[info@allwaleshelpline.org.uk](mailto:info@allwaleshelpline.org.uk)

[www.allwaleshelpline.org.uk](http://www.allwaleshelpline.org.uk)



@WalesHelpline

Mae'r gwasanaeth hwn yn hollol gyfrinachol. Rydym yn monitro galwadau at ddibenion hyfforddi. \*Ni fydd galwadau i'r llinell gymorth yn dangos ar filiau ffôn, a gallwch ffonio yn rhad ac am ddim o linellau tir y DU a thrwy'r cwmnïau canlynol: 3 Mobile, O2, Orange, T-Mobile, Virgin Mobile a Vodafone.

Mae gennym fynediad at y Language Line - gwasanaeth dehongli 24 awr. Gall defnyddwyr ffonau testun gysylltu â ni drwy ddefnyddio gwasanaeth Text Relay ar 1800108088010800

