

**Y Coleg Cymunedol Cenedlaethol**

**The National Community College**

Canllawiau ynghylch Diogelu, Prevent a Lles Dysgwyr

Diweddariad Covid-19: Mai 2020

**Cyflwyniad**

Mae Covid-19, ac ymateb Llywodraethau Cymru a’r DU i’r firws, wedi arwain at newid aruthrol yn ei dull o fyw ein bywydau.

Er bod addysgu wyneb yn wyneb AOC | ALW wedi’i atal dros dro ar hyn o bryd, rydym ni’n dal i fod ar agor yn ystod y cyfnod hwn ac mae llawer o gyfleoedd ar gyfer dysgu ar-lein ar gael ar hyn o bryd ac mae rhagor o gyrsiau ar-lein yn cael eu datblygu’n ddyddiol.

Mae iechyd, lles a diogelwch ein dysgwyr yn parhau i fod yn flaenoriaeth bennaf i ni. Rydym ni wedi’n hymrwymo i ddarparu amgylchedd ble gall ein dysgwyr deimlo’n ddiogel wrth ddysgu; mae hynny’n berthnasol i ddysgu mewn dosbarth, o bell neu ar-lein.

Mae’r canllawiau hyn yn ategu polisïau cynorthwyo a diogelu AOC | ALW, ac nid ydynt yn disodli’r cyfrifoldebau, yr egwyddorion a’r disgwyliadau sy’n rhan o’r polisïau hynny. Yn hytrach na hynny, diben y canllawiau yw darparu diweddariadau pwysig ynghylch ein dull o ymdrin ag iechyd, lles a diogelwch dysgwyr yn ystod y cyfnod hwn.

Rydym ni’n parhau i fonitro’r sefyllfa bresennol a byddwn ni’n ymateb i gyngor ac arweiniad gan Lywodraeth Cymru ac Iechyd Cyhoeddus Cymru pan fydd hynny ar gael. Byddwn yn parhau i ddarparu diweddariadau i ddysgwyr, aelodau, canghennau a staff trwy law ein timau rhanbarthol, ein cyfryngau cymdeithasol a’n gwefannau, sy’n cynnwys [cwestiynau cyffredin](https://www.adultlearning.wales/userfiles/files/Public_Documents/Coronavirus/FAQ_Coronavirus_Guidance_for_Learners.pdf) sy’n cael eu diweddaru’n rheolaidd.

**Iechyd Meddwl a Lles**

Bydd y cyfyngiadau presennol yn effeithio ar les pawb, ac mae’n hawdd iawn teimlo eich bod chi’n cael ei gorlethu yn ystod y cyfnod ansicr hwn. Mae cymorth ynghylch iechyd meddwl a lles yn hynod o bwysig yn ystod cyfnod o hunanynysu a llai o gyswllt cymdeithasol. Trowch at ein gwefan i gael cyngor ac adnoddau i gynorthwyo ag iechyd meddwl a lles.

**Caledi ariannol**

Diben ein Cronfa Ariannol wrth Gefn yw darparu cymorth ariannol ychwanegol i ddysgwyr y mae eu harian yn gyfyngedig neu sy’n wynebu anawsterau ariannol.

Mae’r Gronfa Ariannol wrth gefn yn dal ar gael ar gyfer dysgwyr cymwys yn ystod y cyfnod hwn i’w cynorthwyo i brynu eitemau perthnasol megis llyfrau a deunyddiau cyrsiau.

I gael rhagor o wybodaeth ynghylch cymorth ariannol a meini prawf cymhwystra, trowch at ein gwefan [yma.](https://www.adultlearning.wales/en/learner-support/support/financial-support)

**Anghenion Dysgu Ychwanegol**

Mae Addysg Oedolion Cymru | Adult Learning Wales wedi ymrwymo i ddarparu amgylchedd dysgu effeithiol a chefnogol i bob dysgwr Caiff AOC | ALW gyllid i ariannu Cymorth Dysgu Ychwanegol er mwyn cynorthwyo dysgwyr y gwyddys fod ganddynt anawsterau dysgu a/neu anableddau, fel caiff rhwystrau sy’n eu hatal rhag cyflawni eu potensial fel unigolion eu diddymu a bydd dysgwyr yn gallu cyflawni eu potensial llawn yn well.

Efallai bydd dysgwyr sydd ag anghenion dysgu ychwanegol yn gallu cael cymorth rhithwir un ac un ynghylch cyrsiau yn ystod y cyfnod hwn.

Yn union fel yn achos ein gwefan, mae ein platfformau dysgu ar-lein yn cael eu hategu ar hyn o bryd gan feddalwedd hygyrchedd ReciteMe, sydd ar gael i’n holl ddysgwyr. Efallai bydd dysgwyr sydd ag anghenion dysgu ychwanegol yn gallu cael rhagor o gymorth arbenigol i’w cynorthwyo ag unrhyw faterion yn ymwneud ag hygyrchedd cyrsiau ar-lein yn ystod y cyfnod hwn.

I gael rhagor o wybodaeth am gymorth dysgu ychwanegol, cysylltwch â’ch ti, rhanbarthol neu diwtor eich cwrs i ddechrau, neu e-bostiwch info@adultlearning.wales

**Diogelu a Prevent**

O ganlyniad i Covid-19, mae’n rhaid bod yn fwy gwyliadwrus yn sgil y pwysau ar wasanaethau, teuluoedd a phobl ifanc yn ystod y cyfnod hwn.

Mae diogelu yn dal i gyfrifoldeb i bawb, ac os oes gennych chi unrhyw bryderon yn ymwneud â diogelu, dylech chi hysbysu ein Tîm Diogelu am hynny; gweler y manylion cysylltu isod neu e-bostiwch [safeguarding@adultlearning.wales](mailto:safeguarding@adultlearning.wales)

Mae ein Polisi Diogelu a Prevent, yn cynnwys cysylltiadau allweddol i gael cyngor ynghylch Diogelu a Prevent, ar gael [yma.](https://www.adultlearning.wales/userfiles/files/Policies/Safeguarding_and_Prevent_Policy/Safeguarding_and_Prevent_Policy.pdf)

Tra byddwn ni’n hunan-ynysu ac yn cadw pellter cymdeithasol oherwydd Coronafeirws, mae platfformau cyfryngau cymdeithasol, megis Twitter, Snapchat a galwadau fideo, yn ffordd wych o gadw mewn cysylltiad â ffrindiau a theulu, rhannu eich myfyrdodau a’ch syniadau, a chysylltu â phobl sy’n ymddiddori mewn pethau tebyg.

Yn anffodus, er eu bod yn brin, ceir dylanwadwyr negyddol a phobl sy’n magu perthynas amhriodol ar-lein, sy’n defnyddio’r rhyngrwyd, cyfryngau cymdeithasol a gwefannau chwarae gemau ar-lein i rannu eu syniadau eithafol. Gellir ystyried fod rhai o’r syniadau hyn yn radical neu’n eithafol, a phan fydd unigolyn yn cychwyn eu cefnogi neu ymwneud â hwy, gelwir hyn yn radicaleiddio.

Mae rhagor o wybodaeth ynghylch sicrhau eich bod chi a’ch teulu yn ddiogel ar-lein ar gael [yma.](https://www.ltai.info/staying-safe-online/)

**Diogelwch Ar-lein**

Yn ystod y cyfnod anodd hwn, byddwn ni oll yn dibynnu mwy ar gyfathrebu digidol. Mae llawer o bobl yn defnyddio gwasanaethau ac apiau newydd neu ddyfeisiau megis gwe gamerâu a chyfrifiaduron llechen, i weithio neu gymdeithasu. Efallai y byddwch chi hefyd yn gwneud defnydd amlach o ddyfeisiau a gwasanaethau yr oeddech chi’n eu defnyddio’n flaenorol.

I’ch helpu chi i gadw’n ddiogel, dylech chi:

* **Archwilio eich gosodiadau diogelwch a phreifatrwydd – addaswch eich gosodiadau preifatrwydd a diogelwch i gadw’r data personol y byddwch chi’n eu rhannu yn fwy diogel ac i’w rheoli’n well. Byddwch yn ymwybodol o’ch “olion traed digidol” – gwybodaeth amdanoch chi sy’n bodoli ar-lein o ganlyniad i’ch gweithgarwch ar-lein.**
* Rhwystrwch gynnwys anaddas - mae’n bwysig deall y wefan neu’r ap rydych chi’n eu defnyddio a sut maent yn gwneud pethau - darllenwch eu telerau a’u hamodau i gael gwybodaeth am hynny. Os gwelwch chi weithgarwch niweidiol, hysbyswch y wefan am hynny. I atal cynnwys digroeso rhag ymddangos, gosodwch hidlyddion ar rwydweithiau eich gwasanaeth band eang gartref a’ch ffôn symudol. Mae Canolfan Defnyddio’r Rhyngrwyd yn Fwy Diogel y DU yn cynnig cyngor ynghylch sut i wneud hyn.
* Amddiffynnwch eich hun rhag twyll - gochelwch rhag twyll a sgiâmiau yn cynnwys e-byst gwe-rwydo a negeseuon testun cysylltiedig â Covid-19.
* Gwiriwch yr holl ffeithiau – nid yw’r holl wybodaeth sydd ar gael ar-lein yn ddibynadwy. Cyn i chi hoffi, cynnig sylwadau neu rannu rhywbeth ar-lein, defnyddiwch [restr wirio SHARE](https://sharechecklist.gov.uk/)  i sicrhau nad ydych chi’n cynorthwyo i ledaenu cynnwys niweidiol:
  + **Ffynhonnell (S**ource) – sicrhewch fod y wybodaeth yn deillio o ffynhonnell ddibynadwy
  + Pennawd (**H**eadline)- cofiwch ddarllen mwy na dim ond y pennawd
  + Dadansoddwch (**A**nalyse)- gwiriwch y ffeithiau
  + Atgyffyrddiad (**R**etouched)- a yw’r ddelwedd fel pe bai wedi cael ei ffugio?
  + Gwallau (**E**rror)- chwiliwch am wallau gramadeg a sillafu

Mae rhagor o wybodaeth am gadw’n ddiogel ar-lein ar gael [yma](https://www.gov.uk/guidance/covid-19-staying-safe-online)

**Cysylltiadau Allweddol**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Enw** | **Rôl** | **Rhif cysylltu** | **Cyfeiriad e-bost** |
| Cath Hicks | Arweinydd Diogelu Dynodedig /  Pennaeth Gwasanaethau Dysgwyr ac Adnoddau | 07931 204613 | [cath.hicks@adultlearning.wales](mailto:cath.hicks@adultlearning.wales) |
| Martyn Reed | Rheolwr Gwasanaethau Dysgwyr | 07715 904304 | [martyn.reed@adultlearning.wales](mailto:martyn.reed@adultlearning.wales) |
| Mary Morris | Rheolwr Adnoddau Dynol | 07930 688202 | [mary.morris@adultlearning.wales](mailto:mary.morris@adultlearning.wales) |
| Rachel Burton | Rheolwr Gwaith Ieuenctid, Cymuned a Chwarae/Swyddog Diogelu | 07960 858835 | [rachel.burton@adultlearning.wales](mailto:rachel.burton@adultlearning.wales) |
| Jayne Ireland | Rheolwr Rhanbarth De-ddwyrain Cymru/ Swyddog Diogelu | 07787 423632 | [jayne.ireland@adultlearning.wales](mailto:jayne.ireland@adultlearning.wales) |
| Sarah O’Connell Jones | Rheolwr Rhanbarth Gogledd Cymru/ Swyddog Diogelu | 07930 867908 | [Sarah.O’ConnellJones@adultlearning.wales](mailto:Sarah.O'ConnellJones@adultlearning.wales) |
| Beth John | Rheolwr Rhanbarth De, Gorllewin a Chanolbarth Cymru | 07432 881123 | [beth.john@adultlearning.wales](mailto:beth.john@adultlearning.wales) |

***Mewn argyfwng (perygl dybryd/bywyd yn y fantol), dylech chi ffonio 999 bob amser.***

# 