

Wythnos
Gwrth-fwlio 2021

**PECYN
YSGOLION
CYNRADD -
CYMRU**



TREFNYDD



Llywodraeth Cymru
Welsh Government

PARTNER

UN

GAIR

CAREDIG

#WYTHNOSGWRTHFWLIO

O DDYDD LLUN 15 TACHWEDD I DDYDD
GWENER 19 TACHWEDD

CYNNWYS

Cyflwyniad (Tudalen 2)

Mapio'r cwricwlwm (Tudalen 5)

Cynllun cyfarfod boreol (Tudalen 6)

Cynllun gwers (Tudalen 8)

Syniadau trawsgwricwlaidd (Tudalen 11)

BBC Teach (Tudalen 12)

Pethau eraill y gallwch chi eu gwneud yn ystod Wythnos Gwrth-fwllo 2021 (Tudalen 13)



Mae'r pecyn hwn hefyd ar gael yn Saesneg [YMA](#)



CYFLWYNIAD

Mae Wythnos Gwrth-fwllo 2021 yn cael ei chynnal rhwng Dydd Llun yr 15fed a Dydd Gwener y 19eg o Dachwedd, a thema'r wythnos yw 'Un Gair Caredig'. Caiff ei chydlyn gan y Gynghrair Gwrth-fwllo, sy'n rhan o Fiwro Cenedlaethol y Plant, sy'n elusen plant flaenllaw. Rydym ni wedi gweithio gyda dros 300 o blant a phobl ifanc i ddewis thema eleni.

GALWAD I WEITHREDU UN GAIR CAREDIG

Gofynnwch a yw rhywun yn iawn. Dywedwch 'mae'n ddrwg gen i'. Dywedwch 'hei'.

Mewn bydd sydd ar brydiau yn teimlo fel un sy'n llawn negyddoldeb, gall un gair caredig gynnig ennyn o obaith. Gall fod yn drobwynt. Gall newid safbwynt rhywun. Gall newid eu diwrnod. Gall newid hynt sgws a thorri cylch bwlio.

Yn well na dim, mae un gair caredig yn arwain at un arall. Mae caredigrwydd yn sbarduno caredigrwydd. Felly o'r maes chwarae i'r Senedd, ac o'n ffonau i'n cartrefi, gyda'n gilydd, gall ein gweithredoedd sbarduno adwaith cadwynol sy'n pweru agweddau cadarnhaol. Mae'n dechrau ag un gair caredig. Mae'n cychwyn heddiw.

**UN
GAIR
CAREDIG**

Mae'r holl syniadau yn y pecyn hwn wedi'u llunio i helpu ysgolion i ddatlu a chyfranogi yn Wythnos Gwrth-fwllo. Mae'r pecyn wedi'i dargedu tuag at Gyfnod Allweddol 2 yn bennaf, ond gellid ei addasu'n rhwydd i'w ddefnyddio gyda Chyfnod Allweddol 1. **Rydym ni wedi dylunio'r adnoddau fel y gellir eu haddasu yn unol â'r amgylchiadau sy'n newid yn ddiddiwedd mewn ysgolion mewn perthynas â COVID-19.** Gellid eu cyflwyno ar-lein, mewn grwpiau llawn, neu ar gyfer grwpiau cyfan mewn cyfarfodydd boreol.

Mae'r pecyn yn cynnwys cynllun ar gyfer **cyfarfod boreol, cynllun gwers (gallai fod yn ddwy wers) a syniadau am weithgareddau trawsgwricwlaidd** sydd wedi'u llunio i annog myfyrwyr i ystyried sut gallwn ni uno i fynd i'r afael â bwlio ar-lein ac yn y byd go iawn. Mae'r pecyn wedi cael ei ysgrifennu ar gyfer ysgolion, ond gellir addasu'r gweithgareddau ar gyfer unrhyw leoliad gyda phobl ifanc.



© National Children's Bureau - Registered charity No. 258825. Registered in England and Wales No. 952717. Registered office: 23 Mentmore Terrace, London E8 3PN. A Company Limited by Guarantee.

Rydym ni'n dibynnu ar godi arian i ddarparu adnoddau Wythnos Gwrth-fwlio ar eich cyfer chi bob blwyddyn. Byddem yn ddiolchgar pe gallech chi ystyried cyfrannu neu godi arian at y Gynghrair Gwrth-fwlio i sicrhau y gallwn ni barhau i ddarparu'r adnoddau hyn i chi.

- Gallwch chi roi cyfraniad uniongyrchol i ni trwy gyfrwng ein tudalen Just Giving.
- Neu gallwch chi anfon siec atom ni, yn daladwy i'r 'Anti-Bullying Alliance'. Dylid anfon y siec i'r cyfeiriad canlynol: Biwro Cenedlaethol y Plant, 23 Mentmore Terrace, Llundain, E8 3PN. Cofiwch gynnwys eich enw a'ch cyfeiriad, oherwydd byddwn ni'n hoffi cydnabod unrhyw arian a gaiff ei godi os bydd hynny'n bosibl.

JustGiving™



BYDD ANGEN CYNLLUNIO’N OFA- LUS CYN CYFLWYNO’R DEUNY- DDIAU HYN I FYFYRWYR.



Fel yr oedolyn sy’n cyflwyno’r sesiwn:

- ystyriwch unrhyw fyfyrwyr sydd ar hyn o bryd yn profi neu’n tystio i fwlio a nodwch sut gwenwch chi fynd i’r afael â hyn cyn cyflwyno’r sesiwn;
- byddwch yn ymwybodol o unrhyw newid yn ymddygiad myfyrwyr yn ystod y sesiwn oherwydd gallai hynny amlygu materion sy’n ymwneud â bwlio;
- sicrhewch na fydd myfyrwyr yn datgelu gwybodaeth bersonol na digwyddiadau penodol yn ystod y sesiwn, ond atgoffwch hwy y bydd oedolyn yn yr ysgol ar gael i sgwrsio â hwy wedi’r sesiwn.

Yn ystod y sesiwn, cofiwch addysgu’r canlynol i fyfyrwyr:

- sut i roi gwybod am fwlio;
- yr iaith sydd ei hangen i sgwrsio ag oedolyn dibynadwy am eu profiadau a’u teimladau;
- bryd a sut i ofyn am gymorth a sicrhau y cânt wrandawriad;
- bod unigolion sy’n malio ac sy’n gallu helpu os ydynt yn cael trafferth ag anhawster yn ymwneud â bwlio;
- Polisi Gwrth-fwlio’r ysgol.

Diwrnod Sanau Od



DYDD LLUN 15 TACHWEDD

Eleni, rydym ni’n cynnal Diwrnod Sanau Od â chefnogaeth Andy Day, un o sêr cBeebies a phrif leisydd Andy and the Odd Socks. Mae’n gyfle i ysgolion cynradd ddatlu Wythnos Gwrth-fwlio mewn modd cadarnhaol trwy ofyn i fyfyrwyr wisgo sanau od i fynd i’r ysgol. Nid oes unrhyw bwysau i wisgo’r ffasiynau diweddaraf na phrynu gwisgoedd drud. Mae’n syml iawn, yr unig beth sy’n rhaid i chi ei wneud i gyfranogi yw gwisgo sanau od.

Bydd Diwrnod Sanau Od yn cael ei gynnal ar ddiwrnod cyntaf Wythnos Gwrth-fwlio, **Dydd Llun 15 Tachwedd**, i helpu i wella ymwybyddiaeth o Wythnos Gwrth-fwlio.

Mae pecyn o gynlluniau gwersi a syniadau am weithgareddau Diwrnod Sanau Od ar gael yma ar gyfer ysgolion.



#WYTHNOSGWRTHFWLIO



TREFNYDD



PARTNER

© National Children’s Bureau - Registered charity No. 258825. Registered in England and Wales No. 952717. Registered office: 23 Mentmore Terrace, London E8 3PN. A Company Limited by Guarantee.



Help With Bullying

HAWLIAU, PARCH, CYDRADDOLDEB: CYMORTH AR GYFER ARWEINWYR A LLYWODRAETHWYR YSGOLION YNG NGHYMRU

Ym Medi 2020, lansiodd Llywodraeth Cymru [Hawliau, parch, cydraddoldeb: canllawiau statudol](#) i gynorthwyo llywodraethwyr ysgolion, staff a gweithwyr proffesiynol perthnasol sy'n gweithio mewn amgylchedd ysgol i ddatblygu a gweithredu polisiau a strategaethau gwrth-fwlio.

Mae Llywodraeth Cymru yn ariannu Kidscape i ddarparu cymorth i arweinwyr a llywodraethwyr ysgolion i sefydlu'r canllawiau a gwella eu polisi a'u harferion gwrth-fwlio. Mae hyn yn cynnwys gweminar misol sydd ar gael i arweinwyr a llywodraethwyr pob ysgol ynghylch canllawiau Hawliau, Parch, Cydraddoldeb, yn ogystal â chydweithio â'r Gynghrair Gwrth-fwlio i ddatblygu hyfforddiant gwrth-fwlio pwrpasol ar gyfer llywodraethwyr yng Nghymru.

I gael rhagor o fanylion ynghylch y dyddiadau, trowch at:
[Hawliau, Parch, Cydraddoldeb: Cymorth ar gyfer Arweinwyr a Llywodraethwyr Ysgolion yng Nghymru \(kidscape.org.uk\)](#)

RHAGOR O GYMORTH GAN KIDSCAPE

Gweithdai ar-lein ZAP

Mae Kidscape yn rhedeg gweithdai misol ar-lein i blant a theuluoedd sydd wedi cael eu heffeithio gan fwlio ac a fyddai'n croesawu rhagor o gymorth. Mae gweithdai ZAP wedi cael eu rhedeg i filoedd o blant dros yr ugain mlynedd ddiwethaf, ac maent yn helpu i ddatblygu hyder a sgiliau pendantrwydd plant. [I gael rhagor o fanylion, ymwelwch â Gweithdai Cymunedol ZAP.](#)

Gweithdai ZAP mewn ysgolion

Mae gweithdai ZAP mewn ysgolion yn helpu plant i ddeall a herio ymddygiad bwlio, gan gynnwys defnyddio 'offerynnau ZAP' i wella eu hyder a'u sgiliau pendantrwydd. Darperir y gweithdai i grwpiau maint dosbarth o blant.

[I gael rhagor o fanylion, ymwelwch â ZAP mewn ysgolion: Pendantrwydd a Chydnerthedd](#)

Hyfforddiant Mentora Cymheiriaid

Mae Rhaglen Mentora Cymheiriaid Kidscape yn darparu hyfforddiant, adnoddau a chymorth ychwanegol i gynorthwyo staff ysgolion i weithredu rhaglen gynaliadwy yn seiliedig ar anghenion canfyddadwy eu lleoliad. Gellir darparu'r rhaglen mewn ysgolion cynradd ac uwchradd.

[I gael rhagor o fanylion, ymwelwch â'r Rhaglen Mentora Cymheiriaid.](#)

Llinell Gymorth i Rieni

Mae Kidscape yn rhedeg gwasanaeth Llinell Gymorth i Rieni ar gyfer rhieni a gofalwyr sy'n cael trafferth datrys sefyllfa bwlio.

[Llinell Gymorth i Rieni](#)



#WYTHNOSGWRTHFWLIO



TREFNYDD



Llywodraeth Cymru
Welsh Government

PARTNER

© National Children's Bureau - Registered charity No. 258825. Registered in England and Wales No. 952717. Registered office: 23 Mentmore Terrace, London E8 3PN. A Company Limited by Guarantee.



MAPIO'R CWRICWLWM

Mae'r meysydd canlynol o gwricwlwm y Cyfnod Sylfaen wedi cael eu cyflawni yn ystod y wers Wythnos Gwrth-fwlio:

MEINI PRAWF: DATBLYGIAD PERSONOL A CHYMDEITHASOL, LLES AC AMRYWIAETH DIWYLLIANNOL

DATBLYGIAD PERSONOL:

- Mynegi a chyfleu gwahanol deimladau ac emosiynau - eu rhai eu hunain yn ogystal â rhai pobl eraill
- Dangos chwilfrydedd a datblygu agweddau cadarnhaol at ddysgu a phrofiadau newydd

DATBLYGIAD CYMDEITHASOL:

- Bod yn ymwybodol o anghenion pobl eraill a'u parchu
- Cymryd cyfrifoldeb am eu gweithredoedd eu hunain
- Ystyried goblygiadau geiriau a gweithredoedd iddynt hwy eu hunain ac eraill
- Datblygu dealltwriaeth o ddisgwyliadau'r lleoliad/ysgol o ran ymddygiad, a deall
- Bod rheolau yn hanfodol mewn cymuned drefnus
- Datblygu dealltwriaeth o'r hyn sy'n deg ac yn annheg, a bod yn barod i gyfaddawdu
- Ffurio perthnasoedd a theimlo'n ddigon hyderus i chwarae a chydweithio ag eraill
- Gwerthfawrogi ffrindiau a theuluoedd, a dangos gofal a bod yn ystyriol
- Deall yr hyn sy'n gwneud ffrind da
- Trin pobl o bob cefndir diwylliannol mewn modd sy'n dangos parch a goddefgarwch
- Dechrau herio stereoteipio

MOESOL AC YSBRYDOL:

- Siarad am yr hyn sy'n dda ac yn ddrwg, yn gywir ac yn anghywir, yn deg ac yn annheg, yn ofalgar ac yn anystyriol
- Gofyn cwestiynau ynghylch sut a pham y dylid trin pethau arbennig â pharch ac ymateb yn bersonol

LLESIANT:

- Gwerthfawrogi eu lles eu hunain a lles pob eraill, a chyfrannu ato
- Bod yn ymwybodol o'u teimladau eu hunain a datblygu'r gallu i'w mynegi mewn ffordd briodol
- Deall y berthynas rhwng teimladau a gweithredoedd, a deall bod gan bobl eraill deimladau
- Dangos gofal, parch a hoffter at blant eraill, oedolion a'u hamgylchedd

EDRYCHWCH AR YR ADNODDAU HYN O WEFAN HWB LLYWODRAETH CYMRU



Hawliau, Parch, Cydraddoldeb: canllaw ar gyfer plant: - Canllawiau i helpu plant i fynd i'r afael â bwlio.



Bwlio: posterï ar gyfer plant a phobl ifanc - Posterï i'w harddangos mewn ysgolion, â chynghor ar yr hyn i'w wneud ac wrth bwyl y gallwch ddweud os ydych yn cael eich bwlio.



Herio bwlio: Hawliau, Parch, Cydraddoldeb - Plant - Pecyn o adnoddau i gynorthwyo pobl ifanc sy'n cael eu heffeithio gan fwlio.



#WYTHNOSGWRTHFWLIO



TREFNYDD



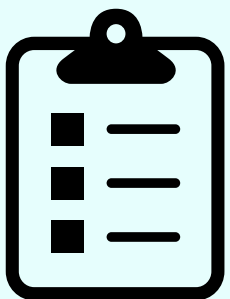
PARTNER

© National Children's Bureau - Registered charity No. 258825. Registered in England and Wales No. 952717. Registered office: 23 Mentmore Terrace, London E8 3PN. A Company Limited by Guarantee.



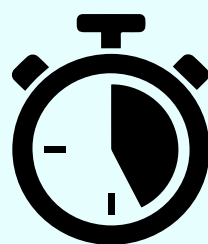
CYNLLUN CYFARFOD BOREOL

NODAU



- Sicrhau fod gan fyfyrwyr ddealltwriaeth glir o ddull eich ysgol o leihau bwllo
- Annog myfyrwyr i fod yn fwy caredig at ei gilydd
- Annog myfyrwyr i gyfranogi yn y cyfrifoldeb a rennir i wrthwynebu bwllo.

AMSER



- 20-25 munud

CANLYNIADAU

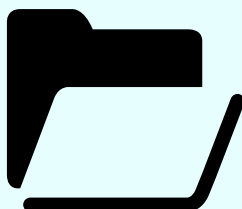


Erbyn diwedd y cyfarfod, bydd disgyblion wedi:

- Deall fod caredigrwydd yn bwysig ac y gall effeithio ar ein bywydau er lles.
- Gwybod sut i roi gwybod am fwlio yn eich ysgol.
- Gwybod beth yw effaith crychdonnau a'n bod ni'n dymuno rhannu caredigrwydd yn ystod Wythnos Gwrth-fwlio.
- Deall mai Un Gair Caredig yw thema Wythnos Gwrth-fwlio eleni.

ADNODDAU A PHARATOI

(Cliciwch ar y dolenni i lawrlwytho'r ffeiliau)



-  [Wythnos Gwrth-fwlio 2021: Cyflwyniad PowerPoint Cynllun Cyfarfod Boreol](#)
-  [Wythnos Gwrth-fwlio 2021: Ffilm Ysgolion Cynradd \(bydd y ffilm 2 funud hon ar gael yn Gymraeg a Saesneg ar ein gwefan erbyn dydd Gwener 12 Tachwedd. Cofiwch wyllo'r ffilm cyn ei dangos i'r myfyrwyr i sicrhau ei bod yn addas\)](#)

CHWARAE RHAN WRTH GYRRAEDD Y CYFARFOD BOREOL (5 munud)

Wrth i'r plant gerdded i mewn i'r cyfarfod boreol, gofynnwch i ddau o'r athrawon (os yw hyn yn briodol i'ch ysgol) ymddwyn mewn modd sy'n arddangos ymddygiad caredig ac angharedig. Er enghraifft, gallai un groesawu'r plant gan wenu, ysgwyd llaw neu godi llaw, gan ganmol a bod yn gwrtais trwy'r adeg. Gallai'r un arall fod yn awdurdodol - pwyntio i ble mae angen iddynt eistedd, defnyddio brawddegau byr a swta megis 'Yn fanna!', troi eu hwyneb i ffwrdd pan fydd pobl yn edrych arnynt, twt-twtian ayyb.

Pan fydd y plant wedi tawelu ac yn disgwyl i'r cyfarfod boreol gychwyn, gofynnwch i'r athrawon oedd yn 'cyfarch' y plant ddod i'r blaen. Diolchwch iddynt am chwarae rhan. Gofynnwch i'r plant ystyried eto sut oeddent yn teimlo am y gwahaniaethau yn y ffyrdd y cawsant eu trin wrth gyrraedd. Gofynnwch i'r plant feddwl am air i ddisgrifio sut wnaeth y gweithredoedd angharedig wneud i eraill deimlo, e.e. trist, gofidus, dig, ar eu pen eu hunain, pryderus ac ati. Nawr gofynnwch i'r plant feddwl am air i ddisgrifio sut gwnaeth y gweithredoedd caredig wneud iddynt deimlo, e.e. hapus, llawen, cadarnhaol, croesawol, gyda'n gilydd ac ati. Cymharwch y ddau grŵp o eiriau gyda'r plant ac eglurwch y byddwn ni ystyried ystyr caredigrwydd heddiw. Sicrhewch fod myfyrwyr yn deall ein bod ni'n bod yn parchu eraill ac yn dangos iddynt ein bod ni'n malio pan fyddwn ni'n trin eraill yn garedig. Dywedwch wrth y myfyrwyr y gall ymddygiad angharedig frifo eraill a gwneud iddynt deimlo nad ydynt yn bwysig.

CYFLWYNO WYTHNOS GWRTH-FWLIO (5 munud)

Dywedwch mai Wythnos Gwrth-fwlio yw'r wythnos hon a'n bod ni'n mynd i ystyried sut gallwn ni ledaenu caredigrwydd o amgylch yr ysgol.

Gofynnwch i'r myfyrwyr godi eu llaw os ydynt yn gwybod sut i roi gwybod am fwlio neu unrhyw beth sy'n eu pryderu. Atgoffwch hwy sut gallant roi gwybod am fwlio. Gallech chi ddefnyddio'r amser hwn fel cyfle i ganfod faint mae pobl yn ei ddeall am ddull eich ysgol o ymdrin â bwllo.

Dangoswch SLEID 2

GWYLIWCH EIN FIDEO UN GAIR CAREDIG



#WYTHNOSGWRTHFWLIO



TREFNYDD



PARTNER

© National Children's Bureau - Registered charity No. 258825. Registered in England and Wales No. 952717. Registered office: 23 Mentmore Terrace, London E8 3PN. A Company Limited by Guarantee.

ENGHREIFFTIAU O GAREDIGRWYDD (5 munud)

Gofynnwch i'r myfyrwyr: 'Beth yw neges y ffilm?'

Dangoswch SLEID 3

Gofynnwch iddynt droi at bartner i feddwl am unrhyw rai o'u hoff straeon (gwir neu ffuglen), ffilmiau a rhaglenni teledu ble gwnaeth caredigrwydd ddatrys pethau. Gofynnwch iddynt rannu rhai o'u syniadau.

Dyma rywfaint o enghreifftiau:

- **Matilda:** Pan wnaeth Matilda a phlant eraill annog Brucie, felly llwyddodd i orffen y gacen i Mrs Trunchball.
- **Sut oedd pobl yn garedig tuag at ei gilydd yn ystod cyfnod COVID**
- **Harry Potter:** sut mae Ron, Harry a Hermione yn cefnogi ei gilydd yn ystod eu hanturiaethau
- **Brownlee Brothers:** pan wnaeth Alistair Brownlee helpu Jonny Brownlee i groesi'r llinell yn rownd derfynol Cyfres y Byd (gallech chi ddangos y clip hwn)

A ALLWN NI GYCHWYN ADWAITH CADWYNOL NEU EFFAITH CRYCHDONNAU O GAREDIGRWYDD YN EIN HYSGOL? (5-10 munud)

Gofynnwch beth yw effaith crychdonnau neu adwaith cadwynol.

- **Diffiniad o effaith crychdonnau:** Canlyniadau digwyddiad neu weithredu sy'n parhau ac yn lledaenu.
- **Diffiniad o adwaith cadwynol:** Adwaith cemegol neu broses arall lle bydd y cynhyrchion eu hunain yn hybu neu'n lledaenu'r ymateb.

Eglurwch ein bod ni'n dymuno cychwyn adwaith cadwynol o garedigrwydd. Gofynnwn i bob unigolyn yng nghymuned ein hysgol, yn fyfyrwyr ac yn oedolion, i wneud o leiaf tri pheth caredig yr wythnos hon i helpu i gychwyn yr adwaith cadwynol hwn.

Dangoswch SLEID 4

Gofynnwch i fyfyrwyr dreulio munud gyda'u partner yn trafod beth allent ei wneud a gofynnwch am rywfaint o enghreifftiau i helpu i ysbrydoli myfyrwyr eraill.

Gofynnwch i'r myfyrwyr rannu rhywfaint o'u syniadau (gallech chi ofyn i rai o staff yr ysgol rannu eu syniadau hefyd).

I ddarparu diweddglo egniol, gofynnwch i'r plant greu ton Fecsicanaidd i gyfleu sut byddwch chi'n ceisio tanio adwaith cadwynol o garedigrwydd.

I ORFFEN, RHANNWCH:

- Unrhyw beth arall y mae'r ysgol yn ei wneud ar gyfer Wythnos Gwrth-fwlio 2021, e.e. cynlluniau gwersi, gweithgarwch codi arian, adolygu polisi gwrth-fwlio'r ysgol ac ati.
- Sut gall y plant roi gwybod am fwlio ac unrhyw beth y gallai plant bryderu yn ei gylch
- Gallech chi ddefnyddio Sleid 5 i ddangos gyda phwy gall y myfyrwyr siarad ynghylch Wythnos Gwrth-fwlio a rhoi gwybod am fwlio.

GWEITHGAREDD YCHWANEGOL



Fel gweithgaredd ychwanegol, gallech chi drefnu i ddosbarth neu eich llysgenhadon gwrth-fwlio/cefnogwyr cymheiriaid gyflwyno eu dyfyniadau caredigrwydd ysbrydolgar, beth yw ystyr caredigrwydd i chi, straeon am garedigrwydd, neu enghreifftiau o garedigrwydd o'r cyfryngau.



#WYTHNOSGWRTHFWLIO



TREFNYDD



PARTNER

© National Children's Bureau - Registered charity No. 258825. Registered in England and Wales No. 952717. Registered office: 23 Mentmore Terrace, London E8 3PN. A Company Limited by Guarantee.



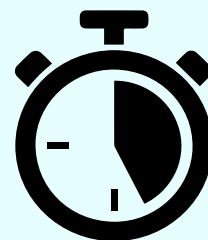
CYNLLUN GWERS

NODAU



- Cytuno sut rydym ni'n dymuno teimlo pan fyddwn ni yn yr ysgol.
- Ystyried y syniad o garedigrwydd a sut gallwn ni ledaenu caredigrwydd ym mhob agwedd o fywyd yr ysgol.
- Ystyried sut gallwch chi gefnogi rhywun byddwch chi'n ei weld yn cael ei fwlio.
- Deall diffiniad yr ysgol o fwlio.

AMSER

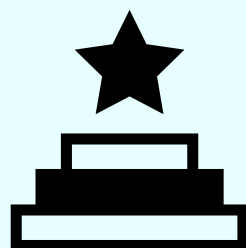


- 60 – 120 munud

Gallai fod yn un wers neu'n ddwy, yn dibynnu ar hyd y gweithgareddau fydd yn digwydd.

CANLYNIADAU

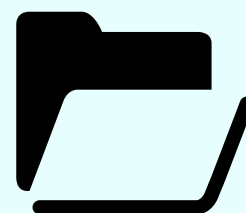
Erbyn diwedd y wers, bydd myfyrwyr yn:



- Gwybod beth yw bwlio
- Deall ethos yr ysgol o ran sut rydym ni'n trin ein gilydd.
- Deall sut gallant gefnogi plant yn ddiogel os byddant yn cael eu bwlio.

ADNODDAU A PHARATOI (Cliciwch ar y dolenni i lawrlwytho'r ffeiliau)

Gallwch chi addasu'r cynllun gwers hwn i ddiwallu anghenion eich dosbarthiadau. Gallech chi gyflwyno'r gweithgareddau hyn fel 2 neu 3 gwrs neu gwblhau'r holl weithgareddau mewn un wers.



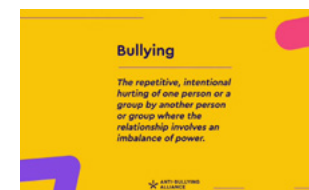
-  [PowerPoint Gwers ar gyfer Ysgolion Cynradd](#)
-  [Wythnos Gwrth-fwlio 2021: Ffilm Ysgolion Cynradd \(bydd y ffilm 2 funud hon ar gael yn Gymraeg a Saesneg ar ein gwefan erbyn dydd Gwener 12 Tachwedd. Cofiwch wyllo'r ffilm cyn ei dangos i'r myfyrwyr i sicrhau ei bod yn addas\)](#)
- [Sicrhewch fod gennych chi gopi o'ch polisi gwrth-fwlio a'ch diffiniad a rennir o fwlio neu ddiffiniad y Gynghrair Gwrth-fwlio.](#)
-  [Taflen 1](#)

BETH YW BWLIO? (10 munud)

Dangoswch SLEID 2

Cyflwynwch Wythnos Gwrth-fwlio a diffiniad eich ysgol o fwlio. Gallech chi ddefnyddio diffiniad y Gynghrair Gwrth-fwlio ar **Sleid 2**:

// Ystyr bwlio: unigolyn neu grŵp yn cael ei niweidio'n fwriadol dro ar ôl tro gan unigolyn neu grŵp arall, pan fydd y berthynas yn cynnwys anghydbwysedd grym. Gall ddigwydd wyneb yn wyneb neu ar-lein. **//**



Gallech chi ddangos y **fideo** hwn gyda diffiniad y Gynghrair Gwrth-fwlio o fwlio hefyd.



Dangoswch SLEID 3

Gofynnwch iddynt ystyried yr holl eiriau sy'n disgrifio sut gall bwlio wneud i rywun deimlo. Gallech chi eu hysgrifennu at fwrdd gwyn neu ofyn iddyn nhw weiddi'r gair. Dywedwch wrth y myfyrwyr nad ydym ni'n dymuno i chi deimlo fel hyn pan fyddwch yn yr ysgol ac mae'n bwysig i bawb ohonom ni gydweithio i sicrhau nad oes neb yn teimlo fel hyn.

Dywedwch wrth y myfyrwyr mai **Un Gair Caredig** yw thema Wythnos Gwrth-fwlio eleni.

SUT RYDYM YN DYMUNO TEIMLO YN YR YSGOL? (30-60 munud)

Rhowch Gynllun Gwers i bob disgybl: **TAFLEN 1**

Gofynnwch iddynt ysgrifennu pum achlysur pan fu rhywun yn garedig tuag atynt. Os byddant yn cael trafferth meddwl am rywbeth, gallech chi gynnig rhai o'r awgrymiadau o'r tabl isod.

Gofynnwch iddynt ystyried sut wnaeth hynny wneud iddynt deimlo a meddwl am un gair ar gyfer pob un o'r achlysuron pan fu rhywun yn garedig. Yn ddelfrydol, byddai'n air gwahanol ar gyfer pob achlysur. Os byddant yn cael trafferth canfod geiriau, mae rhai ar y daflen, a gallent dynnu lluniau o emojis neu eu hemosiynau yn lle defnyddio geiriau. Mae'n gyfle gwyh i drafod diffiniadau rhai o'r geiriau hyn.

5 GWAITH Y BU RHYWUN YN GAREDIG I CHI

SUT OEDD HYNFY'N GWNEUD I CHI DEIMLO?

1. Aeth Dad â fi i barti fy ffrind ddydd Sadwrn.

Hapus

2. Gofynnodd Ceri a oeddwn i'n iawn ar ôl i mi ddisgyn.

Diolchgar

3. Daeth Nain/Mam-gu i fy ngwyllo i'n chwarae pêl-droed er ei bod hi'n bwrw glaw.

Llawen

4. Roeddwn i ar fy mhen fy hun ar y maes chwarae a gofynnodd Tariq i mi ddod i ymuno yn ei gêm.

Yn cael ei gynnwys

5. Dywedais wrthyf i fy hun y gallwn i wneud hynny pan oeddwn i'n cael yr amser ar y cloc yn anghywir dro ar ôl tro.

Balch

Crëwch arddangosfa o'ch geiriau: Gallech chi ofyn i'r myfyrwyr greu gwaith celf ar gyfer pob un o'u geiriau a'u harddangos yn eu dosbarth neu hyd yn oed fel rhan o arddangosfa fawr gan yr ysgol gyfan. Neu gallech chi greu bwrdd arddangos rhithwir ar gyfer eich gwefan.

Ar ôl i chi arddangos eich holl eiriau, gofynnwch a allwn ni gytuno y byddwn ni'n gwneud i'n gilydd deimlo fel hynny pan fo hynny'n bosibl.



**RHANNWCH EICH ARDDANGOSFEYDD
CAREDIGRWYDD Â NI AR GYFRYNGAU
CYMDEITHASOL**

CWESTIYNAU ALLWEDDOL YNGHYLCH CAREDIGRWYDD (15 mnud)

Dangoswch SLEID 4



Dangoswch **fideo**
Wythnos Gwrth-fwlio



Os mai dyma'r tro cyntaf iddynt weld y ffilm, gofynnwch iddynt beth yn eu tyb hwy yw'r negeseuon allweddol a sut mae hynny'n gwneud iddynt deimlo.

Dangoswch SLEID 5

Gofynnwch i'r plant fyfyrion dawl ynghylch 5 Cwestiwn Allweddol Caredigrwydd:

1. A ydw i'n garedig tuag ataf i fy hun?

2. A ydw i'n garedig tuag at eraill?

3. A yw pobl yn garedig tuag ataf i?

4. A fyddaf i'n deall pan fydd pobl yn garedig tuag ataf i?

5. A fydda i'n helpu pobl sy'n cael eu bwlio?

Gofynnwch a oes unrhyw un yn dymuno dweud rhywbeth am y cwestiynau caredigrwydd. Mae'r rhain yn gwestiynau pwysig y dylem ni eu gofyn i ni ein hunain bob amser. Gallech chi arddangos y cwestiynau hyn fel poster a'u harddangos ar eich wal am yr wythnos neu'n hirach hyd yn oed.



#WYTHNOSGWRTHFWLIO



TREFNYDD



PARTNER

© National Children's Bureau - Registered charity No. 258825. Registered in England and Wales No. 952717. Registered office: 23 Mentmore Terrace, London E8 3PN. A Company Limited by Guarantee.

SUT ALLWN NI HELPU PAN FYDD RHYWUN YN CAEL EI FWLIO? (20 munud)

Dywedwch y bydd hi’n anodd ar brydiau gwybod beth i’w wneud pan fyddwch chi’n gweld rhywun yn ymddwyn yn angharedig neu pan fyddwn ni’n gweld rhywun yn cael ei fwlio. Yn y rhan olaf hon o’r wers, rydym ni’n mynd i ystyried sut gallem ni helpu rhywun sy’n cael ei fwlio.

Ar gyfer y gweithgaredd hwn, gallwch chi naill ai drafod pob scenario fel grŵp cyfan (Dangoswch **SLEIDIAU 6 - 9**) neu rhannwch y myfyrwyr yn grwpiau llai i ystyried pob senario (argraffwch **SLEIDIAU 6 - 9** a rhowch hwy i’r myfyrwyr). Yn dibynnu ar yr amser, gallech chi ofyn iddynt ystyried pob senario neu un fesul grŵp. Gofynnwch iddynt gynnig adborth am eu syniadau i chi.

Adolygwch y senarios hyn cyn eu rhannu: Ystyriwch pa mor addas ydynt o safbwynt oedran i’ch dosbarth neu os yw’r enwau yr un fath ag enwau myfyrwyr yn eich dosbarth. Gallech chi eu newid ar y taflenni/yn y cyflwyniad PPT.

SENARIO	BETH ALLECH CHI EI WNEUD I LEDAENU CAREDIGRWYDD AC ATAL BWLIO?
1. Rydych chi’n gweld Dafydd yn anfon negeseuon angharedig at Molly ar Roblox.	- Siarad ag oedolyn rydych chi’n ymddiried ynddo - Anfon DM at Dafydd yn gofyn iddo beidio bod yn gas tuag at Molly - Gofyn i Molly a yw hi’n iawn - Dangos i’ch rhiant - Stopio chwarae’r gêm,
2. Mae Mohammed â golwg drist arno ar ôl i Anwen alw enwau arno am anghofio ei wisg ar gyfer ‘Diwrnod y Tuduriaid’	- Siaradwch ag oedolyn rydych chi’n ymddiried ynddo - Gofyn i Mohammed a yw’n iawn - Dweud wrth Mohammed nad oedd yr hyn a ddywedodd Anwen wrtho yn garedig
3. Mae Henry yn cael ei wthio gan blant eraill pan maent yn sefyll mewn llinell	- Siarad ag oedolyn rydych chi’n ymddiried ynddo - Cyfle i atgoffa’r plant i beidio peryglu eu hunain mewn unrhyw ffordd
4. Yn y côr, mae eich ffrind yn dweud wrthyh chi nad ydynt yn hoffi Mya oherwydd nid ydynt yn hoffi ei llais canu	- Siarad ag oedolyn rydych chi’n ymddiried ynddo - Dweud wrth eich ffrind nad yw hynny’n beth caredig i’w ddweud am Mya - Dweud y gallai Mya deimlo’n ofidus os bydd hi’n clywed hynny

I GLOI (5 munud)

Atgoffwch y myfyrwyr am y canlynol:

- yr arddangosfa caredigrwydd ac eglurwch bwysigrwydd gweithio gyda’n gilydd i fod yn garedig ac yn barchus tuag at bawb.
- sut bydd pawb ohonom ni’n profi teimladau anghyfforddus ar brydiau ac mae hynny’n iawn, ond mae’n bwysig na fydd y teimladau anghyfforddus hyn yn effeithio ar ein hymddygiad mewn modd sy’n brifo eraill neu’n ein brifo ni ein hunain.
- sut gallwn ni ein helpu ein hunain os byddwn ni’n cael ein bwlio - y rôl y gall hunan-barch, hunanwerth a datganiadau cadarnhaol ei chwarae yn ogystal â chodi llais a gofyn am gymorth.
- os ydych/byddwch chi’n cael eich bwlio - nid eich bai chi yw hynny o gwbl a phwysleisiwch nad fydd ymddygiadau bwlio fyth yn dderbyniol, bod gennym ni oll gyfrifoldeb i drin eraill yn garedig ac yn barchus.
- sut mae caredigrwydd yn helpu’r sawl sy’n ei roi ac yn ei dderbyn yn teimlo’n dda tu mewn.
- pwysigrwydd siarad ag oedolyn dibynadwy os profir neu os gwelir bwlio a sut gellir gwneud hyn, yn cynnwys atgoffa am Bolisi Gwrth-fwlio’r ysgol.



#WYTHNOSGWRTHFWLIO



TREFNYDD



PARTNER

© National Children’s Bureau - Registered charity No. 258825. Registered in England and Wales No. 952717. Registered office: 23 Mentmore Terrace, London E8 3PN. A Company Limited by Guarantee.



GWEITHGAREDDAU TRAWSGWRICWLAIDD

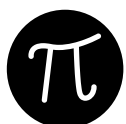
Mae'r syniadau trawsgwricwlaidd yn datblygu'r thema ymhellach ac yn eich helpu chi i gynnwys Wythnos Gwrth-fwlio ym mhob rhan o'r cwricwlwm.

SAESNEG



- Darllenwch straeon am garedigrwydd a bwlio. Mae Puffin Books wedi llunio rhestr ddefnyddio o lyfrau i gynnig **rhywfaint o syniadau** i chi.
- Ystyriwch y diffiniad o garedig o Eiriadur Caergrawnt: hael, parod i gynorthwyo, ac ystyriol o deimladau pobl eraill.
- Gofynnwch i fyfyrwyr ysgrifennu cerdd acrostig gan ddefnyddio 'Un Gair Caredig'

MATHEMATEG



Cynhaliwch arolwg o fyfyrwyr i ganfod pa mor garedig yw eich ysgol yn eu tyb hwy. Gofynnwch iddynt ysgrifennu 2-3 gwestiwn am garedigrwydd a bwlio yn eich ysgol. Cynhaliwch arolwg o fyfyrwyr eraill a gofynnwch iddynt gyflwyno'u canfyddiadau.

GWYDDONIAETH



Archwiliwch gysyniad 'achos ac effaith' ac adweithiau cadwynol trwy ystyried dominos yn disgyn a'r adwaith sy'n digwydd pan fydd un domino yn disgyn. Yna, holwch am 'achos ac effaith' bwlio sy'n lledaenu meddyliau angharedig a theimladau negyddol ac yna ail-bwysleiswch neges Un Gair Caredig trwy ddangos y gallwn ni gychwyn adwaith cadwynol o garedigrwydd.

CERDDORIAETH



Ystyriwch strwythur cerddorfa a sut mae'r gwahanol grwpiau o offerynnau yn ategu'r rhai o fewn eu grŵp ac eraill ar draws y gerddorfa. Archwiliwch synau gwahanol pob teulu o offerynnau. Dangoswch fideo o gerddoriaeth gerddorfaol yn datblygu wrth i offerynnau gael eu hychwanegu. Os oes gan yr ysgol 'boom whackers' neu ystod o offerynnau taro, dewiswch ddarn syml o gerddoriaeth y gall y plant ei chwarae gyda'i gilydd i sicrhau eu bod yn deall fod gan bawb rôl bwysig i'w chwarae.

CELF



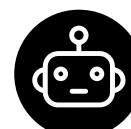
Archwiliwch pa fath o liwiau y gallwch chi eu creu gan ddefnyddio'r tri lliw sylfaenol (coch, melyn a glas). Gallai CA1 gynnal ymchwiliad gan ddefnyddio gwahanol gyfansymiau o liwiau i greu lliwiau eraill. Gallai CA2 greu eu holwyn liwiau eu hunain. Gofynnwch o'r plant dynnu llun o ynys anghyfannedd. Beth yw'r pethau y byddent yn mynd â hwy yno? Pwy fyddai yno? Yna, cymharwch eu lluniau i ddangos pa mor wahanol yw ynys pawb.

HANES



- Martin Luther King - rhannwch fanylion ei fywyd a'r mudiad hawliau sifil. Trafodwch sut, yn ystod y mudiad hawliau sifil, yr anogodd eraill i wrthwynebu trwy ddulliau di-drais, a sut y dangosodd barch a charedigrwydd tuag at eraill er eu bod yn ei frifo a'i amharchu.
- Trafodwch ddatganiad Michelle Obama: 'When they go low, we go high'. Beth oedd ystyr hyn?

DYLUNIO A THECHNOLEG



Dylunio Archarwr Gwrth-fwlio!

Cynllun: Crëwch gynllun o'ch arwr, gan gynnwys y canlynol:

- Enw'r arwr
- Lliw'r wisg
- Logo neu symbol
- Pwerau'r arwr a sut cafodd y pwerau hynny
- Pwy fydd yr arwr yn ei amddiffyn neu'n achub ei gam a pham

Dyluniad: Tynnwch lun o'r wisg a labelwch bob rhan

Asesu: Rhannwch y syniadau ynghylch Archarwyr â'r dosbarth a'r aseswch beth sydd wedi cael ei wneud yn dda a sut gallai'r dyluniad fod yn well fyth! Bydd gennych chi eich Sgwad Archarwyr Gwrth-fwlio eich hun!



#WYTHNOSGWRTHFWLIO



TREFNYDD



PARTNER

© National Children's Bureau - Registered charity No. 258825. Registered in England and Wales No. 952717. Registered office: 23 Mentmore Terrace, London E8 3PN. A Company Limited by Guarantee.

GWYDDONIAETH/PETHAU BYW/ CYFRIFIADUREG



Os oes iPads neu gyfrifiaduron ar gael ar gyfer eich ysgol, gallent gynnal gwaith ymchwil ynghylch creaduriaid o fyd yr anifeiliaid sy'n cydweithio i oroesi.

Enghreifftiau:

- **Pengwiniad** - Gelwir grŵp mawr o bengwiniad yn 'nythle'. Byddant yn hela, yn nofio ac yn nythu gyda'i gilydd yn yr un lle. Bydd pengwiniad yn swatio at ei gilydd pan fydd hi'n oer i gadw pawb yn gynnes, a byddant yn cylchdroi fel y caiff pob pengwin y cyfle i fod yn y canol, sef y lle cynhesaf yn yr haid!
- **Swricatiaid** (Meerkats) - byddant yn gweithio gyda'i gilydd fel criw. Bydd rhai yn gweithredu fel gwylwyr, yn gwyllo'r awyr i ganfod adar ysglyfaethus, megis hebogau neu eryrod, a all eu cipio o'r ddaear. Bydd galwad fer mewn meinllais yn arwydd y dylent oll fynd i guddio. Gallai myfyrwyr lunio cyflwyniad byr ynghylch yr anifail y byddant yn ei ddewis a rhannu hynny â'r dosbarth.



Ymunwch â'r Wers Fyw arbennig hon i nodi Wythnos Gwrth-fwlio 2021!

Rydym ni'n cydweithio â BBC Teach i greu rhaglen hanner awr ryngweithiol, yn amlygu rhai o'r materion sy'n ymwneud â bwlio.

Dolenni cwricwlwm

Addysg Cydberthynas CA2/2il lefel
Addysg Rhyw a Chydberthynas/
Addysg Iechyd/Datblygiad Personol
a Chyd-ddealltwriaeth/Iechyd a
Llesiant ar gyfer plant 7-11 oed.

Sut i gyfranogi

Gwylwch y rhaglen ddydd Llun, 15
Tachwedd, am 11yb, gan ddefnyddio'r
ddolen isod, neu gwylwch y rhaglen
ar Bitesize Learning Zone sianel CBBC.

[https://www.bbc.co.uk/teach/
live-lessons/anti-bullying-
week-live-lesson/z2y6xbk](https://www.bbc.co.uk/teach/live-lessons/anti-bullying-week-live-lesson/z2y6xbk)



Hysbyswch BBC Teach y byddwch chi'n ymuno gyda'ch dosbarth neu ysgol trwy e-bostio live.lessons@bbc.co.uk yn y llinell testun, ac fe gewch chi gyfle i'ch ysgol neu eich dosbarth gael ei grybwyll ar dudalen sylwebaeth fyw BBC Teach. Byddant yn cynnwys cymaint ag y gallant ar y diwrnod.



#WYTHNOSGWRTHFWLIO



TREFNYDD



PARTNER

© National Children's Bureau - Registered charity No. 258825. Registered in England and Wales No. 952717. Registered office: 23 Mentmore Terrace, London E8 3PN. A Company Limited by Guarantee.



PETHAU ERAILL Y GALLWCH CHI EU GWNEUD YN YSTOD WYTHNOS GWRTH-FWLIO 2021

1. Ar ddydd Llun Wythnos Gwrth-fwllo, byddwn yn cynnal [Diwrnodau to Diwrnod](#), pan fyddwn yn gofyn i ysgolion a sefydliadau wisgo sanau od i fynd i'r ysgol i ddathlu beth sy'n gwneud pawb ohonom ni yn unigryw.
2. [Cofrestrwch i fod yn un o gefnogwyr Wythnos Gwrth-fwllo ar-lein](#), ble gallwch chi lawrlwytho tystysgrif y gall eich ysgol ei harddangos.
3. [Codwch Bosteri Wythnos Gwrth-fwllo o amgylch yr ysgol](#).
4. Gallwch chi brynu amrywiaeth gwych o [nwyddau anhygoel Wythnos Gwrth-fwllo](#), yn cynnwys bandiau llawes a sticeri, o'n siop ar-lein.
5. [Gallwch chi rannu ein Pecyn Wythnos Gwrth-fwllo ar gyfer rhieni](#), a ddatblygwyd ar y cyd â Kidscape, ymhlith rhieni a gofalwyr yn eich ysgol.
6. Mae [hyfforddiant gwrth-fwllo DPP ar-lein](#) sydd ar gyfer holl staff ysgolion ar gael am ddim ar ein gwefan. Mae'n cwmpasu ystod eang o bynciau, yn cynnwys bwllo a'r gyfraith, beth yw seibrfwlio, a llawer o bethau eraill. Mae miloedd wedi cyrchu'r hyfforddiant hwn, felly peidiwch ag oedi, ewch ati i'w gwblhau heddiw!
7. Nid yw Wythnos Gwrth-fwllo yn cael ei hariannu gan y llywodraeth, felly bydd angen i ni godi arian i gynnal y digwyddiad bob blwyddyn. [Os byddwch chi'n gallu codi arian atom ni neu unrhyw un o'n haelod-elusennau yn ystod Wythnos Gwrth-fwllo](#), byddwn ni'n ddiolchgar dros ben. Gallech chi drefnu ras noddedig neu gynnal diwrnod dim gwisg ysgol neu stondin gacennau. Gallwch chi ganfod rhagor o ddulliau i godi arian atom ni yn ystod Wythnos Gwrth-fwllo yma.
8. [Adolygwch eich polisi gwrth-fwllo fel ysgol](#). Mae gennym ni nifer o gynghorion defnyddiol i'ch cynorthwyo i ddatblygu eich polisi gwrth-fwllo. Mae Wythnos Gwrth-fwllo yn gyfle gwych i'r ysgol gyfan adolygu eich polisi.
9. Rhannwch eich gweithgarwch â ni ar gyfryngau cymdeithasol os gwelwch yn dda. Defnyddiwch hashnodau [#WythnosGwrthFwllo](#) ac [#UnGairCaredig](#). Byddem ni wrth ein bodd yn gweld eich gwaith. Rhannwch eich fideos, eich gwaith celf a'ch negeseuon â ni.

Diwrnod
Sanau
Od



Mae Twinkl wedi datblygu adnoddau hawdd eu defnyddio ar gyfer Wythnos Gwrth-fwllo ac maent ar gael **AM DDIM**.

VOTESFORSCHOOLS

Yn ystod Wythnos Gwrth-fwllo eleni, bydd [VotesforSchools](#) yn gofyn cwestiwn ynghylch iaith caredigrwydd a'r effaith y gall iaith ei gael.

I gael set o adnoddau AM DDIM a chyfle i gyfrannu at y drafodaeth, [CLICIWCH YMA](#) i ddatgan eich diddordeb yn y categorïau Cynradd, Uwchradd neu Goleg. Yna, trowch at ein cyfryngau cymdeithasol i weld y canlyniadau!



#WYTHNOSGWRTHFWLIO



TREFNYDD



PARTNER

© National Children's Bureau - Registered charity No. 258825. Registered in England and Wales No. 952717. Registered office: 23 Mentmore Terrace, London E8 3PN. A Company Limited by Guarantee.

Caiff Wythnos Gwrth-fwlio ei chydlynu gan y Gynghrair Gwrth-fwlio. Rydyn ni'n gynghrair unigryw o sefydliadau ac unigolion, sy'n cydweithio i gyflawni ein gweledigaeth, sef: stopio bwlio a chreu amgylcheddau mwy diogel ble gall plant a phobl ifanc fyw, tyfu, chwarae a dysgu. Mae croeso i unrhyw sefydliad neu unigolyn sy'n cefnogi'r weledigaeth hon ddod yn aelod a chefnogi rhwydwaith rhad ac am ddim sy'n cynnwys miloedd o ysgolion a cholegau.

Mae gan y Gynghrair Gwrth-fwlio dri maes gwaith:

1. Cynorthwyo â dysgu a rhannu arferion gorau trwy gyfrwng aelodaeth
2. Gwella ymwybyddiaeth o fwlio trwy gyfrwng Wythnos Gwrth-fwlio ac umggyrchoedd ar y cyd eraill y mae'n eu cydlyn.
3. Cyflawni rhaglen o waith ar y lefelau cenedlaethol a lleol i helpu i atal bwlio a sicrhau newid parhaol ym mywydau plant.

Mae'r Gynghrair Gwrth-fwlio wedi'i lleoli ym Miwro Cenedlaethol y Plant, elusen plant flaenllaw.

Hoffem ddiolch i'r canlynol:

- Yr holl bobl ifanc sydd wedi cyfrannu at ddatblygu'r thema eleni a'r ffilmiau ar gyfer ysgolion. Yn enwedig y bobl ifanc hynny o Ysgol Gynradd Somerville, Birmingham, ac Ysgol Gynradd Blaengwrach, Cwmgwrach.
- Unique Voice CIC, a ddatblygodd y ffilmiau ar gyfer Wythnos Gwrth-fwlio 2021, ac i'r holl bobl ifanc a gyfranogodd. Mae Unique Voice yn gweithio gyda phlant mewn ysgolion ac yn y gymuned, yn datblygu sgiliau cymdeithasol ac emosiynol trwy gyfrwng y celfyddydau creadigol.
- Llywodraeth Cymru am eu cymorth i'n helpu ni i ddod ag Wythnos Gwrth-fwlio i ysgolion yng Nghymru unwaith eto eleni.



UN GAIR CAREDIG

#WYTHNOSGWRTHFWLIO

Rhannwch eich gweithgaredd Un Gair Caredig â ni ar-lein!



@abaonline



AntiBullyingAlliance



Anti-BullyingAlliance



antibullyingalliance

© National Children's Bureau - Registered charity No. 258825. Registered in England and Wales No. 952717. Registered office: 23 Mentmore Terrace, London E8 3PN. A Company Limited by Guarantee.

Part of the family
NATIONAL CHILDREN'S BUREAU

© Copyright Anti-Bullying Alliance 2021