Cefnogaeth i ddioddefwyr a Goroeswyr Cam-drin Domestig a Thrais yn Seiliedig ar Anrhydedd:

Mae cam-drin domestig yn unrhyw fath o ymddygiad, gweithred neu gam-drin rhwng pobl sydd wedi bod yn bartneriaid agos neu'n rhan o'r un teulu. Gall cam-drin domestig fod ar sawl ffurf, yn cynnwys cam-drin seicolegol, corfforol, rhywiol, ariannol ac emosiynol. Beth bynnag fyddwch chi'n ei brofi, rydym yma i helpu. Peidiwch â goddef yn dawel.

0800 999 5428
www.galop.org.uk

A yw eich aelod o'r teulu, partner neu gyn bartner...

- Yn eich anafu?
- Yn gweiddi arnoch?
- Yn galw enwau arnoch?
- Yn eich cyhuddo o dwyllo?
- Yn eich stopio rhag gweld eich ffrindiau?
- Yn rheoli neu fonitro eich gweithgareddau dyddiol?
- Yn difrodi eich eiddo?
- Yn rheoli neu fynd â'ch arian?
- Yn eich stelcio neu'n aflonyddu arnoch?
- Yn eich gorfodi i gael rhyw?
- Yn eich gorfodi i briodi?
- Yn gwneud i bobl eraill eich anafu?
- Yn cyfeirio atoch gan ddefnyddio'r rhywedd anghywir?
- Yn gwneud i chi deimlo'n ofnus?
- Yn dweud pethau drwg am eich rhywioldeb?
- Yn eich atal rhag cymryd eich meddyginiaeth?
- Yn defnyddio'ch plant i'ch rheoli?
- Yn eich tanseilio fel rhiant?
- Yn bygwth dweud wrth eraill am eich hunaniaeth o ran rhyw neu rywedd?
- Yn bygwth dweud wrth eraill am eich statws HIV?
- Yn defnyddio'ch statws mewnfudo i'ch rheoli?

Os yw unrhyw un o'r rhain yn digwydd i chi, efallai'ch bod yn profi cam-drin domestig.

Gwasanaethau cefnogaeth Galop:

Os gallech fod yn profi cam-drin domestig, mae Galop yma i helpu. Yn Galop rydym yn cynnig gofod cyfrinachol, agored a diogel i chi siarad am eich profiadau a dysgu pa ddewisiadau sydd ar gael i chi.

Mae ein gwasanaeth wedi ei ddarparu ar gyfer a gan bobl LGBT+. Fyddwn ni ddim yn dweud wrthych chi beth i'w wneud, ond gallwn eich helpu i deimlo'n ddiogel, i gael mwy o reolaeth yn eich bywyd, ac i wneud dewisiadau ar sail gwybodaeth sy'n addas i chi.

Rydyn ni'n cynnig cymorth emosiynol ac ymarferol. Os ydych chi angen llunio cynllun i gadw eich hun yn ddiogel, gallwn helpu gyda hyn. Os oes gennych chi blant, byddwn yn eu hystyried pob tro.

Os ydych chi angen cyngor ar gwnsela, tai neu gyngor cyfreithiol, byddwn yn eich rhoi mewn cysylltiad â chefnogaeth arbenigol LGBT+. Os ydych chi angen cael eich cysylltu i wasanaeth diogel a chefnogol yn eich iaith, byddwn yn gwneud ein gorau i wneud hyn. Gallwn hefyd eich cefnogi i gael mynediad at wasanaethau cyfieithu mewn ieithoedd eraill.

Os ydych chi'n poeni y gallai cael help waethygu'r sefyllfa, rydym yn wasanaeth diogel a chyfrinachol a fydd yn blaenoriaethu eich diogelwch a'ch lles chi. Does dim rhaid i chi ddelio â hyn ar ben eich hun, rydyn ni yma ar eich cyfer chi.

Llinell Gymorth Genedlaethol Cam-drin Domestig Lesbaidd, Hoyw, Deurywiol a Thrawsryweddol + (LGBT+)

Gall ein Llinell Gymorth Genedlaethol Cam-drin Domestig a gwasanaeth gwe sgwrsio LGBT+ roi gwybod i chi pa opsiynau sydd ar gael, cynnig cefnogaeth emosiynol a rhoi gwybodaeth ymarferol i chi. Gweler ein gwefan i weld yr wybodaeth ddiweddaraf.

Llinell Gymorth Genedlaethol Cam-drin Domestig LGBT+: 0800 999 5428
10am – 5pm dydd Llun
10am – 5pm dydd Mawrth
10am – 8pm dydd Mercher

Gwe Sgwrsio Cenedlaethol Cam-drin Domestig LGBT+: www.galop.org.uk
5pm - 8pm dydd Mercher
5pm - 8pm dydd Iau