NSPCC

Bydd yn glust
bydd yn llais

Hyrwyddo

Bydd yn Glust, Bydd yn Llais

Beth yw Bydd yn Glust, Bydd yn Llais?

Ymgyrch yr NSPCC yw Bydd yn Glust, Bydd yn Llais, sydd â'r nod o atgyfnerthu'r cyhoedd i weithredu os ydyn nhw'n poeni am blentyn neu am deulu.

Drwy wrando a siarad dros y bobl o'n cwmpas, gallwn ni i gyd wneud yn siŵr bod plant yn dod yn gyntaf bob tro. Gallai hyn olygu camu i mewn i helpu i ddelio â gofal plant, bod yn barod i wrando ar berson ifanc sy'n ei chael hi'n anodd, neu ffonio Llinell Gymorth yr NSPCC os ydych chi'n meddwl bod plentyn mewn perygl.

Dyna pam rydyn ni'n cynnig hyfforddiant byr yn rhad ac am ddim i bob oedolyn yn y Y Deyrnas Unedig. Mae testunau trafod yr hyfforddiant yn cynnwys:

- **adnabod yr arwyddion pan gall plentyn fod mewn perygl, a'r camau y gallwch eu cymryd i helpu**
- **sut i ymdrin â sgyrsiau anodd i helpu i gadw plant yn ddiogel**
- **gyda phwy y gallwch chi gysylltu â nhw os ydych chi'n poeni am blentyn neu am ei deulu.**

Gyda'ch cefnogaeth chi, gallwn gynnwys cynifer o bobl â phosibl yn ein hymgyrch, sy'n golygu y gallwn gadw mwy o blant yn ddiogel.

Sut gallwch chi gefnogi'r ymgyrch hon?

1. **Cwblhau 10 munud o'r hyfforddiant digidol: nspcc.org.uk/speakup**
2. **Rhannu ein hyfforddiant â phobl rydych chi'n eu hadnabod**
3. **Cynnal gweithdy Bydd yn Glust, Bydd yn Llais**
   Gweithdai awr o hyd yw'r rhain, sydd ar gael yn rhad ac am ddim ac y gellir eu darparu yn eich gweithle, ysgol, clwb neu grŵp cymunedol. I gael rhagor o wybodaeth, cysylltwch â localcampaigns@nspcc.org.uk

Diolch i chi am eich cefnogaeth

©NSPCC 2023. Cymdeithas Genedlaethol er Atal Creulondeb i Blant. Rhifau cofrestru'r elusen yng Nghymru a Lloegr 216401. Alban SC037717 a Jersey 384. Ffotograffau gan Tom Hull, Patch Dolan a iStock. Modelau a gwirfoddolwyr yw'r oedolion a'r plant yn y lluniau. J20230129.

NSPCC

Listen up speak up

Promote

Listen up, Speak up

What is Listen up, Speak up?

Listen up, Speak up is an NSPCC campaign aimed at empowering the public to take action if they're worried about a child or family.

Because when we all listen up and speak up for the people around us, we can make sure that children always come first. It might mean stepping in to help juggle childcare, providing a listening ear to a struggling teen, or calling the NSPCC Helpline if you think a child is at risk.

That's why we're offering free, bitesize training to every adult in the UK. It will show:

- **the signs a child might be at risk, and steps you can take to help**
- **how to approach difficult conversations to help keep children safe**
- **who you can contact if you're ever concerned about a child or their family.**

With your support, we can get as many people as possible involved in our campaign, meaning we can keep more children safe.

How can you support this campaign?

1. **Take the 10-minute digital training: nspcc.org.uk/speakup**
2. **Share our training with people that you know**
3. **Host a Listen up, Speak up workshop**
   These are free, hour-long workshops that can be delivered at your workplace, school, club or community group.
   For further information, please contact localcampaigns@nspcc.org.uk

Thanks for your support

©NSPCC 2023. Registered charity England and Wales 216401, Scotland SC037717 and Jersey 384. Photography by Tom Hull, Patch Dolan and iStock. Adults and children are models and volunteers. J20230129.