**Diwrnod Defnyddio’r Rhyngrwyd yn Fwy Diogel 2025  
Adnoddau i’w defnyddio gyda rhai 14 i 18 oed**

*Rhy dda i fod yn wir? Diogelu eich hun ac eraill rhag sgamiau ar-lein*

**Cwis Diogelu eich hun ac eraill rhag sgamiau ar-lein**

Gellir dod o hyd i’r cwis ar-lein yn: saferinternet.org.uk/sid-quiz

(Saesneg yn unig)

1. Mae hoff ddylunydd gemwaith annibynnol Ola yn rhoi anrhegion am eu bod wedi cyrraedd 10,000 o ddilynwyr. Er mwyn derbyn anrheg, mae pobl yn gorfod hoffi postiad ar broffil y dylunydd, ei rannu ar ei stori a thagio tri ffrind yn y sylwadau. Mae’r postiad yn nodi y bydd yr enillydd yn cael ei ddewis ar hap mewn wythnos. Mae Ola yn rhoi ei henw i ennill anrheg ac ychydig ddyddiau’n ddiweddarach, mae’n derbyn neges uniongyrchol o gyfrif sy’n edrych yn debyg i un y dylunydd yn dweud ei bod wedi ennill. Mae Ola’n sylwi bod yr enw defnyddiwr ychydig yn wahanol.

Pa un o’r rhain yw’r ymateb gorau?

1. Dylai Ola wirio’r cyfrif swyddogol i weld a oes unrhyw beth am ganlyniadau’r gystadleuaeth. Ar ôl iddi gadarnhau ei fod yn ffug, gallai dynnu sgrinlun gyda’r neges a phroffil y cyfrif ffug. Dylai Ola rannu’r sgrinlun gyda chyfrif swyddogol y dylunydd er mwyn iddyn nhw rybuddio dilynwyr eraill. Dylai Ola hefyd flocio a rhoi adroddiad am y cyfrif ffug.
2. Dylai Ola wirio’r cyfrif swyddogol i weld a oes unrhyw beth am ganlyniadau’r gystadleuaeth. Ar ôl iddi gadarnhau ei fod yn ffug, dylai roi adroddiad am y neges i’r platfform a rhoi sylw ar y post gwreiddiol yn rhybuddio eraill am y sgam. Dylai Ola hefyd ateb y cyfrif ffug i’w dilyn a’u cadw yn brysur fel na fyddant yn gallu sgamio neb arall.
3. Dylai Ola wirio’r cyfrif swyddogol i weld a oes unrhyw beth am ganlyniadau’r gystadleuaeth. Ar ôl iddi gadarnhau ei fod yn ffug, gallai dynnu sgrinlun gyda’r neges a phroffil y cyfrif ffug. Dylai Ola rannu’r sgrinlun gyda chyfrif swyddogol y dylunydd er mwyn iddyn nhw rybuddio dilynwyr eraill a rhoi sylw ar y post gwreiddiol yn rhybuddio eraill am y sgam. Dylai Ola ateb y neges a rhoi gwybod i’r awdur ei bod yn gwybod ei fod yn ffug.

**Ateb cywir: a**

Bydd cystadlaethau o’r math hwn yn cael eu defnyddio yn aml gan droseddwyr fel cyfle i geisio twyllo pobl i roi manylion personol, gan gynnwys eu manylion bancio yn aml. Er y gallai fod yn gyffrous os yw’n ymddangos eich bod wedi ennill cystadleuaeth, mae’n bwysig gwirio mai’r cyfrif yr ydych yn ei ddisgwyl sydd yn cysylltu â chi. Gall Ola wirio’r cyfrif swyddogol i weld a oes unrhyw beth am ganlyniadau’r gystadleuaeth a chadarnhau ei fod yn ffug. Gallai hefyd dynnu sgrinlun o’r neges a’r cyfrif ffug i’w dangos i gyfrif swyddogol y dylunydd er mwyn iddyn nhw rybuddio eraill am yr hyn sy’n digwydd. Mae hefyd yn bwysig i Ola flocio a rhoi adroddiad am y cyfrif, fel bod y platfform yn gallu gweithredu hefyd.

1. Mae Simeon yn ei flwyddyn gyntaf yn y brifysgol ac mae’n cael trafferthion ariannol. Mae’n clywed am gyfle i wneud arian trwy’r cyfryngau cymdeithasol. Pan fydd yn anfon neges atyn nhw i gael mwy o wybodaeth, mae’n gweld ei fod yn golygu derbyn symiau mawr o arian i’w gyfrif banc a’i gadw yno am gyfnod cyn ei drosglwyddo i rywun arall. Am wneud hynny, mae’n cadw canran benodol o’r arian. Mae Simeon yn sylweddoli nad yw hyn yn debygol o fod yn gyfreithlon, ond mae’n golygu y gall fforddio nosweithiau allan gwell a’r brandiau mae am eu prynu.

Wrth ystyried ei benderfyniad, pa ganlyniadau sydd bwysicaf i Simeon feddwl amdanyn nhw?

1. Byddai Simeon yn gwneud arian a fyddai’n newid ei brofiad yn y brifysgol yn sylfaenol. Fe allai hefyd fedru cynnig cyfleoedd i’w ffrindiau a’r rhai sy’n rhannu fflat ag o i gael budd hefyd.
2. Gallai Simeon gael ei erlyn am wyngalchu arian, ac mae hefyd mewn perygl oherwydd ei ymwneud â throseddau cyfundrefnol.
3. Gallai Simeon gael ei daflu allan o’r brifysgol am gymryd rhan yn y cynllun a gall ei ffrindiau fod yn amheus a chenfigennus o’i gyfoeth newydd.

**Ateb cywir: b**  
  
Gyda chost rhent ac angenrheidiau sylfaenol yn uchel, gall y brifysgol fod yn gyfnod drud, felly gallai’r addewid o fywyd mwy cyfforddus fod yn demtasiwn fawr i Simeon. Ond, y canlyniad pwysicaf i Simeon ei ystyried wrth feddwl am ei benderfyniad yw’r ffaith y gallai gael ei erlyn ac y byddai’n rhan o droseddau cyfundrefnol. Gelwir y dull o wneud arian y mae Simeon wedi ei ddarganfod yn ddod yn ful arian ac mae’n fath o wyngalchu arian, sydd yn anghyfreithlon. Os bydd Simeon yn cael ei ddal yn cymryd rhan yn hyn, gallai wynebu canlyniadau negyddol a allai gael effaith fawr ar ei ddyfodol.

1. Mae Jo yn tanysgrifio i raglen ar-lein sydd wedi ei hyrwyddo gan ddylanwadwr y mae’n ei ddilyn. Dyluniwyd y rhaglen i roi sgiliau gwerthu a marchnata ar y cyfryngau cymdeithasol, ond mae hefyd yn golygu buddsoddi yn y cwmni i gael mynediad at yr adnoddau. Gall Jo gynyddu ei enillion trwy recriwtio rhai newydd i gymryd rhan. Mae’r deunyddiau cychwynnol yn gwneud argraff ar Jo, ac mae’n dechrau dweud wrth ei ffrindiau yn y gobaith o wneud mwy o gynnydd. Mae un o ffrindiau Jo yn ei gyhuddo o fod yn rhan o gynllun pyramid.

Sut y dylai Jo ymateb?

1. Dylai Jo ymchwilio i gynlluniau pyramid a’r rhaglen y mae wedi tanysgrifio iddi. Os bydd Jo yn gweld bod ei ffrind yn iawn, dylai Jo roi adroddiad am y rhaglen i Action Fraud, neu os yw’n byw yn yr Alban, i’r heddlu trwy ffonio 101.
2. Dylai Jo ymchwilio i gynlluniau pyramid a’r rhaglen y mae wedi tanysgrifio iddi. Os bydd Jo yn gweld bod ei ffrind yn iawn, dylai Jo ymddiheuro a disgyn ar ei fai. Dylai Jo wedyn dorri pob cysylltiad â’r rhaglen a derbyn ei fod wedi colli unrhyw fuddsoddiad a wnaed hyd yn hyn.
3. Dylai Jo ymchwilio i gynlluniau pyramid a’r rhaglen y mae wedi tanysgrifio iddi. Os bydd Jo yn gweld bod ei ffrind yn iawn, dylai Jo weithio i recriwtio cymaint o bobl eraill ag sy’n bosibl i geisio cael y buddsoddiad gwreiddiol yn ôl cyn gadael y rhaglen.

**Ateb cywir: a**

Cynllun pyramid a ddyluniwyd i wneud arian allan o bobl yw hwn, ond nid oes bai ar Jo. Dylai Jo gasglu unrhyw dystiolaeth a rhoi adroddiad am y rhaglen. Os yw Jo yn byw yn yr Alban, dylai gysylltu â’r heddlu ar 101. Ar gyfer pob rhan arall o’r DU, dylai gysylltu ag Action Fraud. Gallai Jo hefyd roi adroddiad am y cynllun ar unrhyw blatfformau y maen ei weld arnyn nhw yn y dyfodol.

1. Mae Steffan yn derbyn neges ar y cyfryngau cymdeithasol gan rywun sy’n honni bod ganddo ddelweddau noeth ohono. Mae’n bygwth rhannu’r lluniau gyda’i ffrindiau a’i deulu os na fydd yn anfon £100 ato. Mae ganddo sgrinluniau o’r ffrindiau y mae’n eu dilyn ar y cyfryngau cymdeithasol i ddangos at bwy y bydd yn anfon neges.

Pa un o’r rhain yw’r ymateb gorau?

1. Mae Steffan yn gwneud popeth a all i atal y delweddau rhag cael eu rhannu. Yn gyntaf, mae’n defnyddio gwefan y mae wedi clywed amdani yn yr ysgol i helpu i dynnu lluniau all fod ar-lein i lawr, yna mae’n dileu’r delweddau o’i ddyfais. Mae hefyd yn trosglwyddo £100 i’r un sy’n gweithredu’r blacmel, gan resymu ei fod yn werth yr arian i atal y lluniau rhag mynd allan. Yna mae’n cau ei gyfrifon cyfryngau cymdeithasol.
2. Mae Steffan yn defnyddio gwefan y mae wedi clywed amdani yn yr ysgol i helpu i dynnu’r lluniau all fod ar-lein i lawr. Mae’r wefan hefyd yn ei gysylltu â chynghorydd sy’n ei helpu i benderfynu dweud wrth ei rieni. Gyda’i gilydd, maen nhw hefyd yn rhoi adroddiad i’r heddlu.
3. Mae Steffan wedi clywed am y mathau yma o sgamiau, ac mae’n meddwl nad oes ganddyn nhw’r delweddau, mae’n debyg. Mae’n anwybyddu’r neges ac yn blocio ac yn rhoi adroddiad am yr anfonwr.

**Ateb cywir: b**

Gall cael eich targedu gan flacmel rhywiol ar-lein fod yn brofiad dychrynllyd ac anodd siarad amdano, ond siarad ag oedolyn yr ydych yn ymddiried ynddo am yr hyn sy’n digwydd yw’r ffordd orau i Steffan gael cefnogaeth. Gyda’i gilydd, gallant roi adroddiad am y neges i’r heddlu ac i’r platfform y cafwyd y negeseuon arni. Dylai Steffan ddefnyddio [Take It Down](https://takeitdown.ncmec.org/) neu [Report Remove](https://www.childline.org.uk/info-advice/bullying-abuse-safety/online-mobile-safety/report-remove/) i helpu i dynnu’r delweddau i lawr o’r rhyngrwyd.

Mae bob amser yn fwy diogel peidio ag ymateb i’r un sy’n gweithredu’r blacmel, ac i gadw sgrinluniau o’r negeseuon fel tystiolaeth o’r hyn sydd wedi digwydd. Mae llawer o gymorth ar gael i’r rhai sy’n cael eu targedu gan flacmel rhywiol ar-lein. Gallwch roi adroddiad am flacmel rhywiol ar-lein i’r heddlu trwy ddefnyddio 101, neu i [CEOP](https://www.ceop.police.uk/Safety-Centre/) trwy fynd i’w gwefan.