CADW PLANT YN DDIOGEL

Mae technoleg – yn enwedig y rhyngrwyd – yn chwarae rhan bwysig yn ein bywydau ac mae'n gam positif i gyflwyno plant i'r rhyngrwyd mewn ffordd ofalus a phriodol.

Mae pobl ifanc yn chwilfrydig ac maent yn hoffi archwilio… dyma sut maent yn dysgu ac yn datblygu. Iddyn nhw, gall y rhyngrwyd fod yn rhywbeth hudol a chyffrous – yn anad dim arall mae mor hawdd cael mynediad i adloniant a chyfathrebu ag eraill ar y rhyngrwyd.

Fodd bynnag, mae'n anodd iawn plismona'r rhyngrwyd ac felly mae'n hanfodol eich bod chi'n diogelu eich plant rhag pethau fel cysylltiadau amhriodol fyddai'n gallu arwain at gamdriniaeth neu baratoi, cynnwys ar gyfer oedolion neu gynnwys maleisus neu'r temtasiwn i rannu gwybodaeth neu luniau preifat… i enwi dim ond ychydig.

Yn wir, mae ein cyngor ar fagu plant yn yr oes ddigidol yn disgyn i dri chategori:

- Dylech weithio gyda'ch plant wrth iddynt dyfu i fyny a datblygu er mwyn eu harwain i'r cyfeiriad cywir, deall beth maent yn ei wneud a bod ar gael i ymateb i unrhyw bryderon sydd ganddynt.
- Dylech sicrhau fod gennych fesurau diogelwch technegol mewn lle megis sicrhau fod gennych feddalwedd monitro i rieni a ffilteri ar y rhwydwaith a'ch dyfeisiadau.
- Dylech fod yn ymwybodol o'r datblygiadau diweddaraf gydag apiau, rhwydweithiau cymdeithasol a gemau drwy ddarllen amdanynt a siarad gyda'ch plant a rhieni eraill.

Oherwydd diffyg lle, mae'r cyngor hwn yn gyffredinol iawn, felly ewch i dudalen '*Safeguarding Children*' ar **www.getsafeonline.org** i gael mwy o wybodaeth am gadw eich plant yn ddiogel ar y rhyngrwyd.

RHEDEG BUSNES

Mae rhedeg busnes yn ddigon o her heb orfod delio â thwyll a materion eraill sy'n ymwneud â'r rhyngrwyd a diogelwch data.

Dyma ychydig o gyngor syml i ddiogelu eich busnes:

- Cynhaliwch sesiynau ymwybyddiaeth diogelwch ar-lein rheolaidd ar gyfer eich holl weithwyr. Sicrhewch fod eich staff yn cwestiynu ac yn herio materion sy'n ymddangos i fod yn afreolaidd.
- Sicrhewch fod mynediad i gyfrifiaduron a serfwyr yn cael ei reoli'n llym.
- Cyflwynwch reolau ar gyfer defnyddio dyfeisiadau symudol, gan gynnwys eu cadw yn ddiogel, defnyddio'r rhyngrwyd a gweithio'n ddiogel adref a defnyddio ffonau clyfar a thabledi personol yn y gwaith.

- Crëwch gopi wrth gefn o'ch ffeiliau yn rheolaidd, a gorau oll os ydi hynny gyda gwasanaeth cwmwl y gallwch ei ddefnyddio'n hawdd.
- Sicrhewch fod gennych bolisi mynediad llym i ddata'r cwmni, gweithwyr a chwsmeriaid.
- Gwnewch yn siwr eich bod chi a'ch staff yn gallu adnabod arwyddion sgiâm peirianneg cymdeithasol ac yn gwybod sut i sicrhau na fydd y cwmni yn cael ei dwyllo.
- Sicrhewch fod gennych bolisi meddalwedd cadarn mewn lle ar ddefnyddio, diweddaru, trwyddedau a beth i'w wneud gyda rhaglenni ac apiau sydd ddim yn cael eu defnyddio ddim mwy.
- Pan fyddwch yn cael gwared o hen gyfrifiaduron, serfwyr a dyfeisiadau symudol, sicrhewch fod yr holl ddata sydd arnynt yn cael ei ddinistrio (nid dim ond ei ddileu) er mwyn sicrhau nad yw'r data yn mynd i'r dwylo anghywir.

REPORT IT

Os ydych chi, aelod o'ch teulu neu'ch busnes yn dioddef twyll, lladrad adnabyddiaeth neu gamdriniaeth, dylech riportio hyn yn syth er mwyn osgoi dioddef eto ac er mwyn ei atal rhag digwydd i eraill.

Dylech wneud hyn waeth pa mor fychan ydi'r swm yr ydych wedi'i golli neu'r gamdriniaeth yr ydych wedi'i dioddef.

Riportiwch y digwyddiad i berchennog y wefan, rhwydwaith cymdeithasol, ISP neu'r sefydliad a gafodd ei ddefnyddio gan y twyllwr, y lleidr neu'r troseddwr i gyflawni'r trosedd. Os ydych yn cael ebost, galwad ffôn neu neges dwyllodrus ar gyfryngau cymdeithasol, riportiwch hyn i'r sefydliad sy'n cael ei gam-gynrychioli (er enghraifft eich banc neu Gyllid a Thollau Ei Mawrhydi).

Riportiwch pob achos neu ymgais o dwyll i Action Fraud drwy fynd i **www.actionfraud.police.uk** neu drwy ffonio Action Fraud ar **0300 123 2040**.

ActionFraud
National Fraud & Cyber Crime Reporting Centre
actionfraud.police.uk

MWY O GYNGOR

Diolch i chi am fynychu ein digwyddiad Byddwch Ddiogel Ar-lein heddiw. Rydym yn gobeithio ei fod wedi bod yn ddefnyddiol i chi.

Yn y llyfryn yma rydym wedi sôn am ychydig o enghreifftiau lle mae'r rhyngrwyd yn cael ei ddefnyddio'n aml, ac am beth rydym yn cael llawer o gwestiynau amdanynt mewn digwyddiadau fel yr un heddiw.

Ewch i **www.getsafeonline.org** i gael cyngor cynhwysfawr, syml ac am ddim ar gadw chi eich hun, eich teulu, eich arian a'ch gweithle yn ddiogel ar-lein.

www.getsafeonline.org

SWYDDFA COMISIYNYDD HEDDLU A THROSEDD GOGLEDD CYMRU
OFFICE OF THE POLICE & CRIME COMMISSIONER NORTH WALES

HEDDLU GOGLEDD CYMRU
Gogledd Cymru diogelach
NORTH WALES POLICE
A safer North Wales

PARTNERIAID SWYDDOGOL

Byddwch Ddiogel Ar-lein yng NGHYMRU

EICH CANLLAW I AROS YN DDIOGEL AR-LEIN

www.getsafeonline.org

SWYDDFA COMISIYNYDD HEDDLU A THROSEDD GOGLEDD CYMRU
OFFICE OF THE POLICE & CRIME COMMISSIONER NORTH WALES

HEDDLU GOGLEDD CYMRU
Gogledd Cymru diogelach
NORTH WALES POLICE
A safer North Wales

CYFLWYNIAD

Gyda'r mwyafrif ohonom yn dibynnu ar y rhyngrwyd i ryw raddau i gyfathrebu ag eraill, rheoli ein harian, prynu cynnyrch a gwasanaethau a mwynhau adloniant, mae wirioneddol yn adnodd ardderchog.

Ond yn anffodus gall, ac mae pethau yn mynd o chwith ar-lein, gyda nifer cynyddol o bobl o bob oed a chefndir yn dioddef twyll, lladrad adnabyddiaeth a chamdriniaeth – mae ychydig o hyn yn tarddu o'r DU, ond mae llawer iawn ohono yn tarddu o dramor.

Mae yna gamau technegol syml y gallwn i gyd eu cymryd i geisio amddiffyn ein hunain, ond gallwn atal y mwyafrif o broblemau rhag digwydd drwy wneud yn siŵr ein bod bob amser yn dilyn ychydig o reolau syml ac yn defnyddio synnwyr cyffredin.

Mae'r llyfryn yma yn cynnwys ychydig o gyngor defnyddiol; rydym yn argymell eich bod yn ei ddarllen a'i ddilyn pan fyddwch ar-lein ac yn rhannu'r cynnwys â rhywun fyddai yn eich tyb chi yn elwa ohono. Cadwch y llyfryn yn rhywle diogel er mwyn i chi allu cyfeirio'n ôl ato oherwydd nid ydych byth yn gwybod pryd fyddwch angen edrych arno.

AMDDIFFYN EICH DYFEISIADAU

Dyma ychydig o 'reolau euraidd' y dylech eu dilyn pan fyddwch ar-lein. Fel yna, bydd gennych well siawns o aros yn ddiogel.

1. Dewiswch, defnyddiwch a sicrhewch eich bod yn cadw eich cyfrineiriau'n ddiogel, a defnyddiwch un gwahanol ar gyfer pob cyfrif.
2. Sicrhewch fod gennych feddalwedd/ap diogelwch ar eich dyfeisiadau, eich bod yn ei ddiweddaru'n rheolaidd a'i fod ymlaen.
3. Peidiwch byth â dadlennu gormod o wybodaeth bersonol neu ariannol … nid ydych byth yn gwybod pwy allai ei weld neu ei ddefnyddio.
4. Peidiwch â chlicio ar ddolenni neu agor atodiadau os nad ydych yn gwybod gan bwy maen nhw, neu'n ymddiried 100% yn yr anfonwr.
5. Cymerwch eich amser a meddyliwch ddwywaith cyn gwneud rhywbeth, oherwydd efallai nad yw popeth fel mae'n ymddangos.

Mae yna fwy o wybodaeth am hyn a materion eraill yn **www.getsafeonline.org**

SIOPA

Os ydych yn prynu nwyddau ar-lein gan adwerthwr neu unigolyn anghyfarwydd, gwnewch yn siŵr eu bod yn gyfrifol ac yn onest drwy gael argymhellion gan bobl eraill neu ddarllen adolygiadau cwsmeriaid.

Ydi'r dudalen talu yn ddiogel? Fe ddylai fod yna symbol clo clap yn ffrâm ffenestr y porwr fydd yn ymddangos pan fyddwch yn ceisio mewngofnodi neu gofrestru, a dylai cyfeiriad y dudalen ddechrau gyda 'https://' Mae'r 's' yn golygu bod y dudalen yn ddiogel.

Oni bai eich bod yn nabod y gwerthwr yn bersonol, peidiwch byth â throsglwyddo arian yn uniongyrchol i'w cyfrif banc. Mae hyn yn sgiâm gyffredin ac ni fyddai gennych lawer o siawns o gael eich arian yn ôl.

Peidiwch â phrynu nwyddau ar-lein pan fyddwch yn defnyddio cysylltiad Wi-Fi anniogel, megis pan fyddwch mewn caffi neu westy. Ni allwch fod yn siŵr fod y cysylltiadau yma yn ddiogel, felly defnyddiwch 3G/4G, neu arhoswch tan fyddwch adref a defnyddiwch eich cysylltiad Wi-Fi diogel.

Cofiwch fod talu â cherdyn credyd yn eich amddiffyn mwy na dulliau eraill o dalu o ran twyll, gwarantau ac achosion lle nad ydych yn cael y nwyddau yr ydych wedi'u prynu.

Defnyddiwch gyfrineiriau gwahanol ar gyfer y gwefannau siopa, arwerthu a phrynu/gwerthu yr ydych yn eu defnyddio, rhag ofn i'ch manylion gael eu hacio gan un neu fwy ohonynt.

Pan fyddwch wedi gorffen prynu nwyddau, cofiwch allgofnodi o'r wefan oherwydd nid yw cau'r porwr yn ddigon.

Gwiriwch eich cyfriflenni banc yn rheolaidd er mwyn sicrhau bod cwmnïau wedi tynnu'r swm cywir o'ch cyfrif, a sicrhewch nad ydi eich cerdyn wedi cael ei glonio a bod nwyddau eraill wedi cael eu prynu yn eich enw

BANCIO

Peidiwch byth â dadlennu eich cyfrineiriau neu wybodaeth bersonol mewn ymateb i ebost, galwad ffôn, neges destun, neges ar gyfryngau cymdeithasol neu lythyr sy'n honni i fod gan eich banc neu sefydliad swyddogol arall, waeth pa mor ddilys maent yn ymddangos. Ni fydd sefydliadau dilys byth yn gofyn am y wybodaeth hon gennych. Bydd unrhyw gyfathrebiad gan fanc yn defnyddio eich enw (nid 'Syr', 'Madam' neu 'Gwsmer') ac o bosib yn cynnwys darn arall o wybodaeth sy'n unigryw i chi megis eich cod post neu ran o rif eich cyfrif.

Waeth pa mor awyddus ydych chi i edrych ar eich cyfrif neu i wneud taliad, peidiwch â bancio ar-lein pan fyddwch yn defnyddio cysylltiad Wi-Fi anniogel megis mewn caffi neu westy. Ni allwch fod yn siŵr fod y cysylltiadau yma yn ddiogel, felly defnyddiwch 3G/4G, neu arhoswch tan fyddwch adref a defnyddiwch eich cysylltiad Wi-Fi diogel.

Dylech ond fynd i wefan eich banc drwy deipio'r cyfeiriad yn eich porwr neu ddefnyddio nod tudalen yr ydych wedi'i greu gan ddefnyddio'r cyfeiriad cywir.

Peidiwch byth â rhoi benthyg eich cardiau neu ddadlennu eich rhifau PIN i neb, waeth faint ydych yn ymddiried ynddynt.

Gwiriwch eich cyfriflenni banc yn rheolaidd, ac os ydych yn dod ar draws unrhyw beth anarferol yna riportiwch hyn yn syth.

Nid ydych byth yn gwybod os ydi'r person sydd y tu ôl i chi neu wrth eich ochr yn anonest. Fe ddylech fod yn ymwybodol o unigolion sy'n edrych dros eich ysgwydd pan fyddwch yn edrych ar sgrin eich cyfrifiadur neu'ch dyfais symudol neu pan fyddwch wrth beiriant twll yn y wal. Hefyd, os ydych yn gweld unrhyw beth anarferol wrth y peiriant twll yn y wal fel slot cerdyn neu fysellfwrdd anarferol, peidiwch â'i ddefnyddio a riportiwch hyn yn syth i'ch banc.

CYFRYNGAU CYMDEITHASOL

Byddwch yn ofalus pwy rydych yn eu derbyn fel ffrindiau neu gysylltiadau, yn enwedig os ydych yn cael cais gan bobl nad ydych yn eu nabod yn bersonol. Mae'n bosib na fyddant yn pwy maent wedi dweud ydynt, a gallant achosi niwed i chi.

Peidiwch â chael eich perswadio i wneud neu feddwl am rywbeth sy'n anghyfforddus i chi, neu yr ydych yn gwybod sy'n anghywir. Dwy enghraifft o hyn ydi anfon lluniau anweddus a chael eich perswadio i gyflawni gweithredoedd eithafol.

Byddwch yn ofalus pa wybodaeth breifat neu gyfrinachol yr ydych yn ei dadlennu amdanoch chi eich hun neu'ch teulu mewn negeseuon neu ar broffiliau, fyddai'n gallu caniatáu i droseddwyr lunio darlun ohonoch. Mae rhifau ffôn, lluniau o'ch cartref, leoliad gwaith neu ysgol, eich cyfeiriad neu benblwyddi i gyd yn enghreifftiau o hyn.

Mae beth rydych yn ei bostio ar-lein yn aros ar-lein. Peidiwch â dweud unrhyw beth neu lwytho lluniau fyddai'n gallu pechu neu achosi embaras i chi eich hun neu rywun arall, fyddai'n golygu y gallech fod mewn trwbwl neu eich bod yn colli allan ar gyfleoedd rŵan neu yn y dyfodol.

Adolygwch eich gosodiadau preifatrwydd a'ch rhestri ffrindiau/cysylltiadau yn rheolaidd.

Crëwch gyfrif ebost ar wahân ar gyfer cofrestru a derbyn negeseuon gan y wefan. Ystyriwch agor cyfrif Hotmail, Yahoo! Mail neu gmail oherwydd gallwch agor un o'r rhain yn gyflym ac yn ddidrafferth.

Peidiwch byth â phostio negeseuon sarhaus neu negeseuon fyddai'n gallu pechu unigolion neu grwpiau o bobl. Gall trolio achosi llawer o ofid i'r dioddefwr, a gall rhai achosion o hyn fod yn drosedd.

Byddwch yn wyliadwrus o sgiâmiau gwe-rwydo, gan gynnwys ceisiadau ffrindiau ffug a negeseuon gan gwmnïau sy'n eich gwahodd chi i edrych ar dudalennau neu wefannau eraill.