Perthnasau ar-lein: cydsyniad

SAFETY, TRUST AND RESPECT
DIOGELWCH, YMDDIRIED A PHARCH

Dylai perthnasau fod yn gefnogol, a gwneud i ni deimlo'n ddiogel ac yn hapus. Er ein bod ni'n gorfod pellhau yn gymdeithasol, mae'n bosib cael hwyl, cyfeillgarwch a fflyrtio â rhywun rydych chi'n ei hoffi o hyd. Cofiwch, dylai deimlo rhywbeth fel hyn ...

IAWN! IAWN! IAWN!

Iawn i'r cyffro o glywed gan rywun 'dych chi'n ffansio.

Iawn i deimlo'n chwilfrydig ac i fflyrtio.

Iawn i barchu ffiniau eich gilydd.

Y peth yw, mae'n hawdd teimlo pwysau i wneud, rhannu neu ddweud rhywbeth nad ydych chi eisiau. Mae gan bob un ohonom hawl i ddweud:

NA

NA i bwysau i rannu lluniau rhywiol

NA i orfodaeth i stopio cysylltu â ffrindiau

NA i gael eich peledu â negeseuon

Cofiwch: mae'n anghyfreithlon cymryd, cael, neu anfon unrhyw luniau rhywiol o rywun o dan 18 oed (gan gynnwys eich hun). Mae'n anghywir i unrhyw un roi pwysau arnoch chi i anfon delweddau rhywiol neu fygwth rhannu rhai ohonoch. Gallwch eu riportio yma.

Darganfyddwch fwy am secstio a diogelwch ar-lein yma.
COFIWCH:
Mae fflyrtio yn hwyl. Gwnewch yn ddiogel ac o fewn y gyfraith.
A chofiwch y rheol o dri.

Live Fear Free Helpline
Llinell Gymorth Byw Heb Ofn
0808 80 10 800

Cymorth i Ferched Cymru
Welsh Women's Aid