



Ar gyfer Diwrnod Defnyddio'r Rhyngrwyd yn Fwy Diogel eleni mae Canolfan Defnyddio'r Rhyngrwyd yn Fwy Diogel y Deyrnas Unedig yn annog pawb i feddwl am hunaniaeth ar-lein, gan edrych ar sut mae'r rhyngrwyd yn siapio sut maen nhw'n meddwl amdany'n nhw eu hunain ac eraill. Eleni bydd yr ymgyrch Diwrnod Defnyddio'r Rhyngrwyd yn Fwy Diogel yn defnyddio'r hashnod **#freetobe** – gan archwilio'r holl bethau y dylai pobl ifanc fod yn rhydd i'w gwneud pan fyddan nhw ar-lein.

Helpwch ni i ledaenu'r gair am Ddiwrnod Defnyddio'r Rhyngrwyd yn Fwy Diogel ar y cyfryngau cymdeithasol ac ymunwch â miliynau o bobl eraill mewn ymgyrch sy'n dal sylw drwy'r diwrnod! Dyma gyfle gwyh i arddangos y gwaith gwyh rydych chi a'ch myfyrwyr yn ei wneud ar y diwrnod, gan ledaenu negeseuon cadarnhaol ac archwilio beth mae hunaniaeth ar-lein yn ei olygu i chi.



Gallwch hefyd ddefnyddio'r hashnod **#SaferInternetDay** i siarad am y diwrnod yn fwy cyffredinol a bod yn rhan o'r dathliad byd-eang.

Sut mae cymryd rhan:

- Beth mae'r bobl ifanc rydych chi'n gweithio gyda nhw yn dymuno bod yn rhydd i'w wneud - yn **#freetobe** - ar-lein? Defnyddiwch y templed i archwilio agweddau ar eu hunaniaethau ar-lein gyda nhw. Gallwch deilwra'r templed i weddu i'r grŵp oedran rydych chi'n gweithio gyda nhw. Beth am lenwi'r dudalen gyda...
 - Geiriau sy'n mynegi pwy neu beth ddylai rhywun fod yn **#freetobe** ar-lein (e.e. eu hunain, yn greadigol, yn ddoniol, yn gefnogol).
 - Lluniau sy'n dangos sut beth gallai gwell rhyngrwyd fod.
 - Darluniau o'r hyn maen nhw eisiau i'w hunaniaeth ar-lein fod.
 - Addunedau o'r hyn y byddan nhw'n ei wneud i helpu i greu rhyngrwyd cynhwysol, fel: 'Byddaf yn postio pethau rydw i'n falch ohony'n nhw ar-lein' neu 'Byddaf yn cefnogi fy ffrindiau i fynegi eu hunain ar-lein'.
- Tynnwch lun o'r templedi (gyda myfyrwyr ac addysgwyr hefyd!) a rhannu'r lluniau ar gyfrifon cyfryngau cymdeithasol eich sefydliad neu ysgol gyda'r hashnodau **#freetobe** a **#SaferInternetDay**. Byddem hefyd wrth ein bodd yn gweld sut rydych chi wedi defnyddio'r templedi i greu arddangosfa yn eich lleoliad!
- Sichewch bod eich ffrindiau, eich teulu a'ch cydweithwyr yn cymryd rhan!

Gall UK Safer Internet Centre ail-drydar unrhyw lun a rennir ar Twitter gan ddefnyddio'r hashnodau **#SaferInternetDay** neu **#freetobe** gyda'r tag **@UK_SIC**. Dim ond lluniau a anfonir o gyfrifon Twitter swyddogol ysgolion neu sefydliadau fydd yn cael eu hail-drydar.

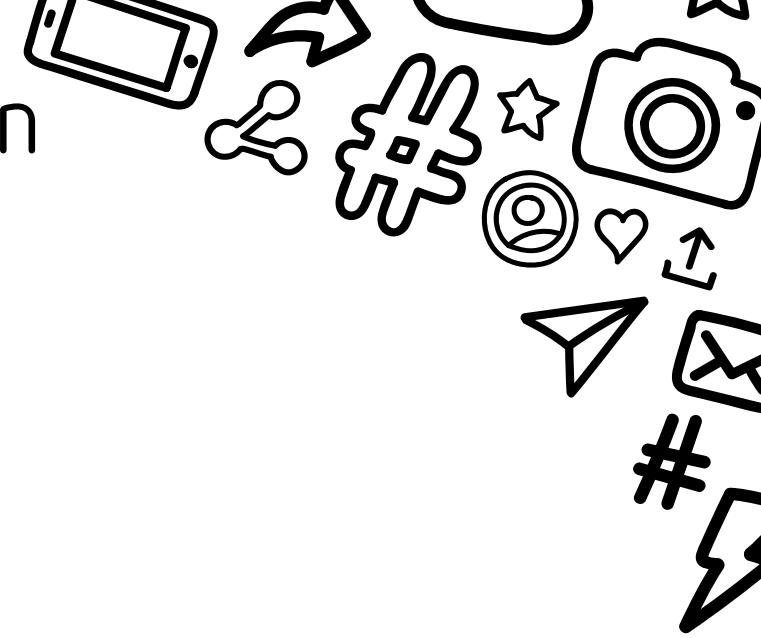
Mae gan lawer o lwyfannau isafswm oedran defnyddiwr o 13 oed, felly mae'n bwysig bod y delweddau hyn yn cael eu rhannu o gyfrif eich ysgol neu eich sefydliad. Dyma ffordd wych o gael cynulleidfia ehangach i weld gwaith eich myfyrwyr ac i ymuno yn y sgwrs genedlaethol a rhyngwladol.



Pwysig: Gwnewch yn siŵr bod gennych chi ganiatâd cyfryngau cymdeithasol priodol gan rieni neu ofalwyr ar gyfer unrhyw blant sy'n ymddangos yn y ffotograffau.

Os ydych chi'n defnyddio'r templedi hyn gyda phobl ifanc, defnyddiwch gyfrif Twitter swyddogol ysgol neu sefydliad i rannu'r gwaith hwn, yn hytrach na gofyn i'r bobl ifanc rannu o'u cyfrifon personol.

Beth am greu rhyngrwyd lle rydyn ni'n



#Free
tobe...



Diwrnod
Defnyddio'r
Rhyngrwyd yn
fwy Diogel 2020



UK Safer
Internet
Centre

#SaferInternetDay

saferinternetday.org.uk

#freetobe

Yn rhydd i fod
YN FI FY HUN