Open Doors
Drysau Agored

Cyhoeddiad Caerdydd

A-Y o Gydraddoldeb ac Amrywiaeth

i Landlordiaid Preifat

CRONFA LOTERI FAWR
BIG LOTTERY FUND

ARIENNIR GAN Y LOTERI GENEDLAETHOL
NATIONAL LOTTERY FUNDED

tai pawb
promoting equality in housing
hybu cydraddoldeb ym maes tai

RLA
RESIDENTIAL LANDLORDS ASSOC.

Open Doors
Drysau Agored

www.opendoors.wales
opendoors@taipawb.org

Cynnwys

A

- Aflonyddu 6
- Addasiadau rhesymol 7
- Ailbennu rhywedd 7
- Amrywiaeth 8
- Anabledd 8

B

- BME/BAME 9
- Bwdhaeth 9

C

- Cau allan 10
- Ceiswyr Lloches 10
- Cenedligrwydd 10
- Y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol 11
- Cred 11
- Crefydd 12
- Cristnogaeth 12
- Cynhwysiant 13
- Cywirdeb Gwleidyddol 13

D

- Deurywiol 13
- Du 14
- Dysfforia rhywedd 14
- Dyn trawsryweddol 15

E

- Erledigaeth 15
- Ethnigrwydd 15

FF

- Ffoadur 16
- Fformatau Gwahanol 17

G

- Gwahaniaethu 18
- Gwahaniaethu ar sail oedran (rhagfarn ar sail oedran) 18
- Gwahaniaethu Uniongyrchol 18
- Gwahaniaethu Anuniongyrchol 19
- Gwahaniaethu ar sail hil 20
- Gwrth-Semitiaeth 20

H

- Hawliau dynol 21
- Heterorywiaeth 22
- Heterorywiol 22

- Hil 22
- Hiliaeth 23
- Hiliaeth Sefydliadol 23
- Hindŵaeth 24
- Homoffobia, biffobia a thrawsffobia 24
- Hoyw 25
- Hunaniaeth 25

I

- Iddewiaeth 25
- Iechyd Meddwl 26
- Islam 27
- Islamoffobia 28

L

- Lesbiad 29
- LGBT 29

M

- Menyw drawsryweddol 29

N

- Nam 30
- Nodweddion Gwarchodedig 30

O

- Oedran 31

Q

- Queer 31

RH

- Rhagdybiaethau 32
- Rhagfarn
- Rhyngrywiol 32
- Rhyw 33
- Rhywedd 33
- Rhwystrau 33

S

- Senophobia 34
- Siciaeth 34
- Statws priodasol 35
- Stereoteipio 35

T

- Teulu 36
- Traws 36
- Trawsbontio 37
- Trawsrywiol 37
- Trin yn llai ffafriol 37
- Troseddau casineb/ digwyddiadau casineb 38

U

- Urddas 39

Croeso i'n Canllaw Cydraddoldeb ac Amrywiaeth i Landlordiaid Preifat

A chithau'n landlord preifat yng Nghaerdydd, rydyn ni'n deall bod llawer o bethau y mae angen ichi roi sylw iddyn nhw. Cynllun dwy flynedd yw ein prosiect Agor Drysau, a hwnnw'n cael ei reoli gan Tai Pawb a'r Gymdeithas Landlordiaid Preswyl. Diben y prosiect yw rhoi gwybodaeth, sgiliau a hyder i denantiaid, landlordiaid ac asiantiaid gosod eiddo yn y sector rhentu preifat, gyda'r nod o atal a lleihau gwahaniaethu a chamdriniaeth yn y sector.

Mae'r canllaw hwn yn rhoi sylw i eiriau, ymadroddion a therminoleg sy'n ymwneud â nifer o faterion yn y maes cydraddoldeb ac amrywiaeth. Y nod yw eich helpu chi i ddeall profiadau neu nodweddion cyffredin a allai fod yn berthnasol i'ch tenantiaid, er mwyn eich paratoi cystal ag y bo modd i'w cefnogi a'u helpu i gadw'u tenantiaethau.

Mae cydraddoldeb ac amrywiaeth yn bwnc hynod eang, ac nid yw'r wybodaeth yn y canllaw hwn yn cynnwys pob dim. Rydyn ni wedi ceisio rhoi sylw i rai o'r geiriau a'r materion a fydd yn fwyaf defnyddiol i landlordiaid preifat, yn dilyn gwaith ymchwil gyda grwpiau ffocws. Os hoffech chi gael gwybodaeth am rywbeth sydd heb ei gynnwys yn y canllaw hwn, neu os bydd gennych chi ragor o gwestiynau, yna croeso ichi gysylltu â ni, ac fe wnawn ni ein gorau i'ch helpu:

Prosiect Drysau Agored
c/o Tai Pawb, Tŷ Norbury, Heol Norbury, Caerdydd, CF5 3AS

www.facebook.com/OpenDoorsTP

@OpenDoorsTP

opendoors@taipawb.org.uk

07585 405555

A

Aflonyddu

Aflonyddu yw pan fydd rhywun yn ymddwyn mewn ffordd sy'n eich sarhau neu sy'n gwneud ichi deimlo'n ofidus neu o dan fygythiad. Gallai hyn fod yn sylwadau difrïol neu'n dynnu coes, yn graffiti neu'n ystumiau sy'n eich sarhau. Mae aflonyddu yn ffurf ar wahaniaethu o dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010. Fe all aflonyddu ddigwydd ar ei ben ei hun, neu ochr yn ochr â ffurfiau eraill ar wahaniaethu.

Gallai ymddygiad digroeso gynnwys:

- geiriau neu ddifrïo ar lafar neu'n ysgrifenedig
- negeseuon e-bost, negeseuon trydar neu sylwadau ar safleoedd cyfryngau cymdeithasol sy'n eich sarhau
- delweddau a graffiti
- ystumiau corfforol
- ystumiau wyneb
- tynnu coes

Nid oes yn rhaid ichi fod wedi gwrthwynebu rhywbeth eisoes iddo fod yn ddigroeso.

Addasiadau rhesymol

Os bydd rhywun yn anabl, efallai y byddan nhw angen addasu eu cartrefi neu angen cymorth ychwanegol i rentu eiddo. Mewn rhai amgylchiadau, fe allan nhw ofyn ichi, fel landlord neu asiant gosod eiddo, i wneud newidiadau i'w cartref neu i ddarparu gwasanaethau ychwanegol.

O dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010, y ddyletswydd i wneud addasiadau rhesymol yw'r enw ar hyn.

Dim ond y landlord neu reolwr eiddo sydd â dyletswydd i wneud addasiadau rhesymol. Mae hyn yn cynnwys, er enghraifft:

- perchennog eiddo
- asiantau tai neu gwmni rheoli eiddo
- awdurdod lleol neu gymdeithas dai

Mae rhagor o wybodaeth am yr hyn a allai gael ei ystyried yn addasiadau rhesymol i'w chael ar wefan Cyngor ar Bopeth: **www.citizensadvice.org.uk/cymraeg/housing/discrimination-in-housing/what-are-the-different-types-of-discrimination-in-housing/discrimination-in-housing-duty-to-make-reasonable-adjustments/**

Os hoffech chi gyngor a chymorth ynghylch cais penodol, cysylltwch â Drysau Agored (mae'r manylion cyswllt ar y clawr cefn) ac fe fyddwn ni'n fwy na bodlon eich helpu.

Ailbennu rhywedd

Mae Deddf Cydraddoldeb 2010 yn dweud na ddylid gwahaniaethu yn erbyn neb gan eu bod yn drawsrywiol – hynny yw, pan fydd eich hunaniaeth o ran rhywedd yn wahanol i'r rhywedd a roddwyd ichi adeg eich geni (er enghraifft, pan fydd person a gafodd ei geni'n fenyw yn penderfynu treulio gweddill ei fywyd fel dyn). Yn y Ddeddf Cydraddoldeb, ailbennu rhywedd yw'r enw ar hyn. Mae pawb sy'n drawsrywiol yn rhannu nodwedd gyffredin, sef eu bod wedi ailbennu eu rhywedd.

Er mwyn cael eich gwarchod rhag gwahaniaethu ar sail ailbennu rhywedd, nid oes yn rhaid ichi fod wedi cael unrhyw driniaeth na thriniaeth lawfeddygol benodol i newid o'ch rhyw adeg eich geni i'r rhywedd rydych chi'n ei ffafrio. Mae hyn gan mai proses bersonol, yn hytrach nag un feddygol, yw newid eich nodweddion ffisiolegol neu nodweddion eraill sy'n berthnasol i'ch rhywedd. Fe allwch chi fod unrhyw le yn y broses drawsbontio – o fod yn ystyried ailbennu'ch rhywedd, i fod yng nghanol y broses o ailbennu'ch rhywedd, i fod wedi cwblhau'r broses honno.

Amrywiaeth

Nod amrywiaeth yw cydnabod, parchu a gwerthfawrogi'r modd y mae gwahanol nodweddion pobl yn eu galluogi i gyfrannu a chyflawni eu llawn botensial, a hynny drwy hyrwyddo diwylliant a chymdeithas gynhwysol.

Anabledd

Rydych chi'n anabl o dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010 os oes gennych chi nam corfforol neu feddyliol a hwnnw'n cael effaith negyddol 'sylweddol' a 'hirdymor' ar eich gallu i wneud gweithgareddau arferol o ddydd i ddydd:

- mae 'sylweddol' yn golygu mwy na rhywbeth mân neu ddibwys, e.e. mae'n cymryd llawer hirach nag arfer i gwblhau tasg gyffredin fel gwisgo
- mae 'hirdymor' yn golygu 12 mis neu ragor, e.e. cyflwr anadlu sy'n datblygu yn sgil haint ar yr ysgyfaint

Mae ystod mawr iawn o anableddau'n bodoli, ac maen nhw'n effeithio ar bobl mewn gwahanol ffyrdd. Os yw'ch tenant chi'n anabl, ac os hoffech chi gael rhagor o wybodaeth am sut i'w helpu, mae Anabledd Cymru yn sefydliad da i'ch rhoi ar ben ffordd. Mae modd cysylltu â nhw drwy ffonio **029 2088 7325**, drwy e-bostio **info@disabilitywales.org** neu drwy fynd i'r wefan **www.disabilitywales.org**

B

BME (Pobl Dduon a Lleiafrifoedd Ethnig)/ BAME (Pobl Dduon ac Asiaidd a Lleiafrifoedd Ethnig)

Mae'r byrfodd BME yn golygu 'Black and Minority Ethnic' yn Saesneg, neu Pobl Dduon a Lleiafrifoedd Ethnig yn Gymraeg. Mae'r byrfodd BAME yn golygu 'Black, Asian and Minority Ethnic' yn Saesneg, neu Pobl Dduon ac Asiaidd a Lleiafrifoedd Ethnig yn Gymraeg. Efallai y gwelwch chi'r ddau neu'r naill neu'r llall yn cael eu defnyddio fel terminoleg yn y Deyrnas Unedig i ddisgrifio pobl nad ydyn nhw o dras gwyn.

Bwdhaeth

Sefydlwyd Bwdhaeth yng ngogledd India/Nepal gan Gautama Siddhartha (Buddha Sakyamuni) tua C.C. 500. Yn swyddogol, mae tua 350-400 miliwn o bobl yn dilyn Bwdhaeth ledled y byd. Amcangyfrifir bod 400 miliwn yn rhagor o Fwdhyddion yn byw yn Tsieina, lle nad oes hawl ganddyn nhw i addoli'n gyhoeddus. Mae Bwdhaeth yn addasu i gefndir diwylliannol yr ardal dan sylw, ac felly mae iddi sawl ffurf wahanol. Serch hynny, mae modd gwahaniaethu rhwng tri phrif draddodiad. Y rhain yw:

- Theravada (Ysgol yr Hynaf, Hinayana neu Y Ffordd Leiaf)
- Mahayana (Y Ffordd Fwyaf),
- Vajrayana (Y Ffordd Ddiemwnt),

Mae gan y tri thraddodiad bellach wreiddiau cadarn yn y Deyrnas Unedig.

Mae Canolfan Bwdhaeth Caerdydd yn ymroi i ddod ag athrawiaeth Bwdhaeth yn fyw yn y byd modern, gan gynnig llwybr addoli dwfn. Mae hon yn gymuned sy'n ffynnu, gan ymgynnull i fyfyrio, archwilio Bwdhaeth a rhannu bywyd mewn ysbryd o gyfeillgarwch. Gallwch gysylltu â'r Ganolfan drwy ffonio **02920 462 492** neu mae rhagor o wybodaeth ar y wefan: **www/cardiffbuddhistcentre.com**

C

Cau allan

Yng nghyd-destun cyfleoedd cyfartal, mae cau allan yn golygu rhwystro rhywun rhag gwneud rhywbeth oherwydd hil neu ethnigrwydd, cyfeiriadedd rhywiol, rhywedd, oedran, dosbarth cymdeithasol, crefydd neu gred y person hwnnw, neu oherwydd bod y person yn anabl. Efallai na fydd y rheswm dros gau rhywun allan yn amlwg, ond bydd wedi'i seilio ar argraffiadau sydd wedi'u creu ar sail nodweddion y bobl sy'n creu'r grŵp cryfaf mewn maes neu alwedigaeth.

Ceiswyr Lloches

Rhywun sydd wedi gadael ei wlad enedigol ac wedi gwneud cais ffurfiol am loches mewn gwlad arall, ond nad yw'r cais wedi'i gwblhau eto. Nid oes gan unrhyw geisiwr lloches, fwy neu lai, hawl i weithio ac mae'n rhaid iddyn nhw ddibynnu ar gymorth gan y wladwriaeth – fe all hyn fod cyn lleied â £5 y diwrnod. Nid yw ceiswyr lloches yn dod i'r Deyrnas Unedig i hawlio budd-daliadau. Mewn gwirionedd, nid yw'r rhan fwyaf ohonyn nhw'n gwybod dim am fudd-daliadau cyn cyrraedd, ac nid ydyn nhw'n disgwyl cael cymorth ariannol (Refugee Council, Chance or Choice? Understanding why asylum seekers come to the UK, 2010).

Mae Cyngor Ffoaduriaid Cymru yn helpu ceiswyr lloches a ffoaduriaid i greu dyfodol newydd yng Nghymru, gan geisio creu cymdeithas sy'n rhoi pwys mawr ar barch a chydraddoldeb i bawb. Fe allwch chi gysylltu â'r swyddfa yng Nghaerdydd ar **029 2048 9800** neu fynd i'w gwefan i gael rhagor o wybodaeth: **www.welshrefugeecouncil.org.uk**

Cenedligrwydd

Mae cenedligrwydd person fel arfer yn gysylltiedig â'r genedl lle cawson nhw'u geni. Fodd bynnag, fe all pobl hefyd gael cenedligrwydd drwy frodori mewn gwlad, sef y broses pan fydd cenedl yn derbyn person yn aelod ohoni er bod y person hwnnw wedi'i eni yn rhywle arall.

Drwy'r broses hon, bydd rhai pobl yn cael cenedligrwydd ddeuol neu luosog, hynny yw, maen nhw'n cael eu derbyn yn aelod o fwy nag un genedl. Mae modd cael cenedligrwydd o'r fath drwy ffyrdd sy'n cynnwys: gwneud cais, domisil, priodas neu loches wleidyddol, yn dibynnu ar gyfreithiau penodol y Genedl-Wladwriaeth dan sylw.

Y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol

Y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol (EHRC) yw corff cydraddoldeb cenedlaethol Prydain Fawr. Ei waith yw gwneud Prydain yn lle tecach, ac mae'n gwneud hyn drwy ddiogelu a gorfodi'r cyfreithiau sy'n gwarchod hawl pobl i degwch, urddas a pharch.

Mae'r Comisiwn yn defnyddio'i bwerau unigryw i herio gwahaniaethu, hyrwyddo cyfleoedd cyfartal, a gwarchod hawliau dynol. Bu'r Comisiwn yn rhan o achos llys mawr yn ymwneud â'r sector rhentu preifat yn 2017, gan ddwyn achos yn erbyn Mr Fergus Wilson yn Llys Sirol Maidstone. Penderfynodd y llys fod polisi Fergus Wilson o wrthod tenantiaid Indiaidd a Phacistanaidd yn anghyfreithlon.

Mae mwy o wybodaeth am waith y Comisiwn ar ei wefan:
www.equalityhumanrights.com/en

Cred

Cred yw derbyn bod ffaith, barn neu osodiad yn wir, heb y wybodaeth ddeallusol lawn i wybod hynny. Mae Deddf Cydraddoldeb 2010 yn dweud na cheir gwahaniaethu yn eich erbyn oherwydd:

- Bod gennych chi grefydd benodol (neu ddim crefydd benodol).
- Bod gennych chi gred athronyddol benodol (neu ddim cred athronyddol benodol).
- Bod rhywun yn meddwl bod gennych chi grefydd benodol neu gred benodol. Gelwir hyn yn wahaniaethu ar sail canfyddiad.
- Bod gennych chi gysylltiad â rhywun sydd â chrefydd neu gred. Gelwir hyn yn wahaniaethu trwy gysylltiad.

O dan y Ddeddf Cydraddoldeb, fe all crefydd neu gred olygu unrhyw grefydd, er enghraifft crefydd gyfundrefnol fel Cristnogaeth, Iddewiaeth, Islam neu Bwdhaeth, neu grefydd lai fel Rastaffariaeth neu Baganiaeth, cyn belled â bod strwythur clir iddi a system gred.

Mae'r Ddeddf hefyd yn cynnwys anffyddiaeth neu ddiffyg crefydd neu gred.

Crefydd

Mae crefydd yn golygu unrhyw grefydd, gan gynnwys diffyg crefydd. Mae cred yn cyfeirio at unrhyw gred grefyddol neu athronyddol, ac mae'n cynnwys diffyg cred. Yn gyffredinol, er mwyn iddo gael ei gynnwys yn y diffiniad, dylai cred effeithio ar y dewisiadau a wnewch mewn bywyd neu sut y byddwch yn byw eich bywyd. Mae gwybodaeth ar brif grefyddau'r Deyrnas Unedig wedi'i chynnwys fel cofnodion ar wahân yn y canllaw hwn.

Cristnogaeth

Cristnogaeth yw'r gred yn athrawiaeth ac esiampl Iesu Grist. Mae'n un o brif grefyddau'r byd. Mae Cristnogion yn credu mewn un Duw hollalluog, ac mai Iesu yw Mab Duw, a'r ail berson yn y Drindod, sef y Tad, y Mab a'r Ysbryd Glân. Credo sylfaenol Cristnogaeth yw bod bywyd Iesu ar y ddaear, ei groesholiad, ei atgyfodiad a'i esgyniad i'r nefoedd yn dangos cariad Duw at ddynoliaeth a'i faddeuant o bechod.

Ceir tua biliwn o Gristnogion ledled y byd. Yn y Deyrnas Unedig, mae 30 miliwn o bobl yn Gristnogion mewn enw, a thua chwe miliwn ohonyn nhw'n addoli.

Mae Cardiff Christians yn grŵp cymdeithasol sy'n helpu Cristnogion i gael bywydau cymdeithasol llawnach a chyfarfod pobl newydd a phobl o'r un dueddfryd. Maen nhw hefyd yn rhoi arweiniad a chyngor i'w gilydd ar eu teithiau ysbrydol. Mae rhagor o wybodaeth fan hyn: **www.meetup.com/Cardiff-Christians**

Cynhwysiant

Mae cynhwysiant mewn termau cyfleoedd cyfartal yn golygu sicrhau bod pob aelod o gymuned yn teimlo nad oes dim yn ei rwystro rhag cymryd rhan mewn unrhyw weithgaredd (e.e. gwneud cais i rentu eiddo) yn sgil unrhyw nodwedd bersonol sy'n gysylltiedig â'u nodweddion gwarchodedig. Mae polisïau ac arferion sy'n agored, yn deg, yn dryloyw ac yn gyfartal yn hyrwyddo cynhwysiant.

Cywirdeb Gwleidyddol

Mae rhywun yn cael ei ddisgrifio fel person gwleidyddol gywir pan fydd o blaid newid cymdeithasol, gwleidyddol ac addysgol cyffredinol, neu'n gallu uniaethu â hynny. Fe all rhywun hefyd fod yn wleidyddol gywir os yw'n dymuno dadwneud anghyfiawnder hanesyddol, yn enwedig o ran hil, dosbarth, rhywedd, anabledd, cyfeiriadedd rhywiol, oedran, crefydd neu gred. Serch hynny, mae'r term cywirdeb gwleidyddol wedi esblygu, ac mewn rhai cyd-destunau fe ellir ei ddefnyddio'n watwarus. Er enghraifft, mae modd ei ddefnyddio'n ddirmygus pan fydd rhywun yn rhoi sylw gormodol i'r materion hyn, a hynny ar draul materion eraill.

D

Deurywiol

Person deurywiol yw rhywun sydd â chyfeiriadedd emosiynol ac/neu rywiol tuag at bobl o'r un rhyw a phobl o'r rhyw arall ill dau. Mae pobl ddeurywiol weithiau'n teimlo'u bod yn cael eu hanwybyddu yn y maes cyfleoedd cyfartal, gan fod cymdeithas yn ystyried cyfeiriadedd rhywiol fel rhywbeth sydd â dim ond dwy ochr iddo – hynny yw, fod pobl naill ai'n heterorywiol, neu'n lesbiaidd neu'n hoyw.

Mae Stonewall Cymru yn ymgyrchu dros gydraddoldeb i bobl lesbiaidd, hoyw, deurywiol a thraws drwy Gymru. Mae rhagor o wybodaeth ar y wefan: **www.stonewallcymru.org.uk** neu cysylltwch â nhw ar **029 2023 7744** neu **cymru@stonewallcymru.org.uk**

Du

Yn draddodiadol, defnyddiwyd y gair Du i ddisgrifio rhywun o dras Affricanaidd. Yn wleidyddol, fe all hefyd gynnwys pobl sydd o dras Asiaidd. Serch hynny, ni fydd pawb sydd â chefndir Asiaidd yn eu diffinio'u hunain yn Ddu.

Dysfforia rhywedd

Cyflwr yw dysfforia rhywedd pan fydd rhywun yn teimlo'n anghyfforddus neu'n ofidus gan fod gwrthdaro rhwng eu rhywedd biolegol a'u hunaniaeth o ran rhywedd. Cyfeirir at hyn weithiau fel anghydweddiad rhywedd. Bydd rhyw biolegol pobl yn cael ei nodi adeg eu geni, yn dibynnu ar natur yr organau rhyw. Hunaniaeth o ran rhywedd yw'r hyn y mae person yn ei "ystyried" ei hun neu'r hyn y mae'n teimlo ydyw.

I'r rhan fwyaf o bobl, yr un yw eu rhyw biolegol a'u hunaniaeth o ran rhywedd, ond nid yw hyn yn wir am bawb. Er enghraifft, fe allai pobl fod ag anatomeg gwryw, ond eu bod yn eu hystyried eu hunain yn fenyw. Efallai na fydd pobl eraill yn teimlo'n sicr eu bod yn wryw nac yn fenyw.

Fe all y gwrthdaro hwn rhwng rhyw a hunaniaeth o ran rhywedd arwain at deimladau gofidus ac anghyfforddus, a dysfforia rhywedd yw'r enw ar hyn. Mae dysfforia rhywedd yn gyflwr meddygol cydnabyddedig, ac weithiau mae'n briodol rhoi triniaeth ar ei gyfer. Nid salwch meddwl mohono.

Mae gan rai pobl sydd â dysfforia rhywedd ysfa gref a pharhaol i fyw yn unol â'u hunaniaeth o ran rhywedd, yn hytrach na'u rhywedd biolegol. Weithiau, dywedir bod y bobl hyn yn bobl drawsrywiol neu draws. Bydd rhai pobl draws yn cael triniaeth er mwyn i'w hymddangosiad corfforol fod yn fwy cyson â'u hunaniaeth o ran rhywedd.

Dyn trawsryweddol

Term a ddefnyddir i ddisgrifio rhywun benywaidd adeg ei eni ond sy'n ei ystyried ei hun yn ddyn ac yn byw fel dyn. Fe ellir cwtogi'r term hwn i ddyn traws, neu FTM, sef byrfodd am y Saesneg 'female-to-male'.

E

Erledigaeth

Erledigaeth yw pan fydd rhywun yn eich trin yn wael gan eich bod yn cwyno am wahaniaethu neu pan fyddwch chi'n helpu rhywun sydd wedi dioddef o wahaniaethu. Gan fod y Ddeddf Cydraddoldeb yn cydnabod y gallwch chi bryderu am gwyno, mae'r gyfraith yn mynd gam ymhellach i'ch gwarchod pan fyddwch chi'n cwyno am wahaniaethu.

Rydych chi wedi'ch gwarchod yn erbyn erledigaeth dim ond o wneud un o'r pethau canlynol:

- gwneud honiad neu gŵyn am wahaniaethu o dan y Ddeddf Cydraddoldeb
- rhoi tystiolaeth neu wybodaeth i helpu rhywun arall sydd wedi gwneud cwyn neu honiad o dan y Ddeddf
- gwneud unrhyw beth arall sy'n gysylltiedig â'r Ddeddf
- dweud bod rhywun wedi gwneud rhywbeth anghyfreithlon o dan y Ddeddf.

Gweithredoedd gwarchodedig yw enw'r Ddeddf Cydraddoldeb ar y pethau hyn.

Ethnigrwydd

Fe ellir diffinio ethnigrwydd fel grŵp o bobl sy'n uniaethu â'i gilydd ar sail profiadau cyffredin sy'n ymwneud â'u tarddiad, eu cymdeithas, eu diwylliant neu eu cenedl. Mae pob math o enwau a disgrifiadau gwahanol yn cael eu defnyddio wrth siarad am ethnigrwydd a grwpiau ethnig.

Gan mai pobl Prydeinig Gwyn yw'r grŵp ethnig mwyaf yn y Deyrnas Unedig, cyfeirir at grwpiau ethnig eraill weithiau fel 'lleiafrifoedd ethnig'. Yn ogystal â phobl Ddu, Asiaidd, Cymysg/Lluosog a chategorïau ethnigrwydd mwy penodol, mae'r lleiafrifoedd ethnig yn y Deyrnas Unedig hefyd yn cynnwys aelodau o leiafrifoedd Gwyn, fel y rheini o gefndir Gwyddelig neu Sipsiwn. Mae poblogaeth y Deyrnas Unedig yn cynnwys pobl o sawl ethnigrwydd gwahanol. Mae 87% o'r bobl yn y categori Gwyn, ac 13% yn y categori pobl Ddu, Asiaidd neu Gymysg, neu'n perthyn i grŵp ethnig Arall.

FF

Ffoadur

Person yw ffoadur sydd, 'y tu allan i wlad ei genedligrwydd yn sgil ofn rhesymol o gael ei erlyn am resymau sy'n ymwneud â hil, crefydd, cenedligrwydd, aelodaeth o grŵp cymdeithasol penodol, neu farn wleidyddol, ac yn methu neu, yn sgil yr ofn hwnnw, yn amharod i ymddiried yn y wlad honno i'w amddiffyn...'

Rhoddir statws ffoadur i rywun pan fydd y Swyddfa Gartref yn cydnabod bod y person hwnnw'n ffoadur yn unol â disgrifiad y Confensiwn Ffoaduriaid. Fel arfer, bydd rhywun sy'n cael statws ffoadur yn cael caniatâd i aros yn y Deyrnas Unedig am bum mlynedd, ac ar ddiwedd y cyfnod hwnnw fe allan nhw wneud cais am ganiatâd amhenodol i aros.

Mae Cyngor Ffoaduriaid Cymru yn helpu ceiswyr lloches a ffoaduriaid i greu dyfodol newydd yng Nghymru, gan geisio creu cymdeithas sy'n rhoi pwys mawr ar barch a chydraddoldeb i bawb. Fe allwch chi gysylltu â'r swyddfa yng Nghaerdydd ar **029 2048 9800** neu fynd i'w gwefan i gael rhagor o wybodaeth: **www.welshrefugeecouncil.org.uk**

Fformatau gwahanol

Fe all sawl math o nam ei gwneud yn anodd neu'n amhosib i rai pobl ddarllen neu ddefnyddio deunydd sydd wedi'i argraffu mewn ffordd arferol. Pan fydd hyn yn digwydd, fel arfer mae modd i'r person ddefnyddio'r deunydd os bydd hwnnw ar gael mewn fformat gwahanol. Mae'r fformatau hyn yn cynnwys Braille, casetiau sain, darllenwyr dynol, darllenwyr sgrin cyfrifiadur, disgét cyfrifiadur, CD -ROM, dyfeisiau storio data TG eraill, neu becynnau TG penodol.

Fel arfer, bydd yn rhesymol i denantiaid sydd â nam wneud cais am ddogfennau am y denantiaeth mewn fformatau gwahanol, ac fel landlord neu asiant gosod eiddo, bydd disgwyl ichi ddarparu'r rhain. Mae rhai fformatau'n gweddu i rai mathau o nam yn fwy nag eraill:

- nam ar y golwg – sain, disgrifio sain, Braille, Moon, ffôn
- anableddau dysgu ac anawsterau llythrennedd – sain, disgrifio sain, deunydd hawdd ei ddarllen, mynediad rhwydd, Makaton, is-deitlau
- clywed – Iaith Arwyddion Prydain, Makaton, is-deitlau, ffôn testun, SMS
- anawsterau cydsymud – print mawr, sain, disgrifio sain, ffôn

Cadwch bethau'n syml – os bydd eich dogfen wreiddiol yn cael ei dylunio gan ddilyn yr egwyddorion canlynol, bydd honno eisoes yn hygyrch i fwy o bobl ac efallai y bydd yn lleihau'r galw am fersiynau arbennig:

- ysgrifennwch mewn iaith syml
- cadwch bethau mor gryno â phosibl
- dyluniwch y ddogfen fel ei bod mor hawdd i'w darllen â phosibl, er enghraifft gan ddefnyddio testun maint 14

Dyma ffordd o wneud eich gwybodaeth yn hygyrch yn syth i nifer fwy o'ch cynulleidfa, a bydd hynny'n arbed costau ac amser.

Os hoffech chi wybodaeth benodol am sut i drosi eich dogfennau tenantiaeth neu eich deunydd cyfathrebu i un o'r fformatau hygyrch a enwir uchod, yna cysylltwch â'n prosiect Agor Drysau (mae'r manylion ar y clawr cefn), a byddwn yn fwy na pharod i'ch rhoi ar ben ffordd.

G

Gwahaniaethu

Bydd gwahaniaethu'n digwydd pan fydd unigolyn neu grŵp o bobl yn cael eu trin yn llai ffafriol na phobl eraill yn sgil ffactorau sydd heb gysylltiad o gwbl â'u rhinweddau, eu gallu neu eu potensial. Mae gwahaniaethu yn erbyn rhywun yn anghyfreithlon. Fe all gwahaniaethu fod ar ffurf unrhyw un o'r canlynol, ac mae pob un yn cael sylw'n unigol yn y canllaw hwn:

- gwahaniaethu uniongyrchol
- gwahaniaethu anuniongyrchol
- aflonyddu
- erledigaeth

Gwahaniaethu ar sail oedran (rhagfarn ar sail oedran)

Yn syml, mae gwahaniaethu ar sail oedran yn golygu trin rhywun yn wahanol oherwydd eu hoedran. Gallai hyn fod yn weithred sy'n digwydd un waith yn unig, neu'n ganlyniad i reol neu bolisi sy'n seiliedig ar oedran. Nid oes yn rhaid i'r peth fod yn fwriadol er mwyn iddo fod yn anghyfreithlon.

Fe all rhagfarn ar sail rhyw fod yn ganlyniad stereoteipio (gweler stereoteipio). Er enghraifft, gellid barnu bod person yn rhy ifanc neu'n rhy hen i fod yn denant gan fod stereoteipiau'n bodoli amdanyn nhw: e.e. 'nid yw pobl ifanc yn debygol o fod yn denantiaid da, oherwydd maen nhw'n anghyfrifol'.

Gwahaniaethu Uniongyrchol

Gwahaniaethu uniongyrchol yw pan fydd rhywun yn cael ei drin yn wahanol i rywun arall ac yn waeth na rhywun arall am resymau penodol (gweler Nodweddion Gwarchodedig). Mae gwahaniaethu uniongyrchol yn anghyfreithlon o dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010.

A chithau'n landlord neu'n asiant gosod eiddo, fe all eich tenant gymryd camau yn eich erbyn yn y llysoedd sifil os byddan nhw'n credu eich bod chi wedi gwahaniaethu'n uniongyrchol yn eu herbyn.

Dyma enghreifftiau ar wefan Cyngor ar Bopeth o'r hyn a allai fod yn wahaniaethu uniongyrchol yn y maes tai: **www.citizensadvice.org.uk/housing/discrimination-in-housing/what-are-the-different-types-of-discrimination-in-housing/direct-discrimination-in-housing/**

Os hoffech chi wybod mwy am y Ddeddf Cydraddoldeb a'r gwahanol fathau o wahaniaethu, fe all Drysau Agored roi hyfforddiant sy'n benodol ar gyfer landlordiaid ac asiantiaid gosod eiddo. Defnyddiwch y manylion ar y clawr cefn i gysylltu ac i gael mwy o wybodaeth.

Gwahaniaethu Anuniongyrchol

Fe all gwahaniaethu anuniongyrchol fod yn fwy anodd i'w ganfod nag achosion o wahaniaethu uniongyrchol. Mae'n golygu trin rhywun yn yr un ffordd â phawb arall, ond bod hynny'n cael effaith waeth ar y bobl hyn am resymau penodol – er enghraifft, gan eu bod nhw'n Ddu neu'n hoyw. Mae gwahaniaethu anuniongyrchol yn anghyfreithlon o dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010.

Fel landlord neu asiant gosod eiddo, rhaid ichi geisio sicrhau nad oes gennych chi arferion, polisïau neu reolau sy'n berthnasol i bawb, ond eu bod yn cael effaith waeth ar rai pobl na phobl eraill yn sgil pwy ydyn nhw.

Mae'r Ddeddf Cydraddoldeb yn dweud nad yw rhywbeth yn wahaniaethu anuniongyrchol os gall y landlord, yr asiant tai neu'r awdurdod lleol ddangos bod ganddyn nhw resymau digon da dros wahaniaethu yn y fath fodd: amcan dilys yw'r enw cyfreithiol ar hyn. Byddai angen i'r landlord, yr asiant tai neu'r awdurdod lleol allu profi hyn mewn llys barn, pe bai angen. Cyfiawnhad gwrthrychol yw'r enw cyfreithiol ar hyn.

Gwahaniaethu ar sail hil

Gwahaniaethu ar sail hil yw eich trin yn wahanol oherwydd eich hil yn un o'r sefyllfaoedd sydd wedi'u nodi yn y Ddeddf Cydraddoldeb. Gallai'r driniaeth hon fod yn weithred sy'n digwydd unwaith yn unig, neu fe allai fod yn ganlyniad i reol neu bolisi sydd wedi'i seilio ar hil. Nid oes yn rhaid i hyn fod yn fwriadol er mwyn iddo fod yn anghyfreithlon.

Mae Deddf Cydraddoldeb 2010 yn dweud na ddylid gwahaniaethu yn eich erbyn oherwydd eich hil.

O dan y Ddeddf Cydraddoldeb, fe all hil olygu eich lliw, neu eich cenedligrwydd (gan gynnwys eich dinasyddiaeth). Fe all hefyd olygu eich tarddiad ethnig neu'ch tarddiad cenedlaethol, a gallai hwnnw fod yn wahanol i'ch cenedligrwydd presennol. Er enghraifft, efallai mai Tsieina yw eich tarddiad cenedlaethol, ond eich bod yn byw ym Mhrydain a bod gennych basbort Prydeinig.

Gwrth-Semitiaeth

Gwrth-Semitiaeth yw bod yn elyniaethus tuag at Iddewon neu Iddewiaeth.

Fe allwch chi gysylltu â'r Community Security Trust (CST) os byddwch chi'n dioddef o ddigwyddiad gwrth-Semitaidd neu os bydd gennych chi wybodaeth am ddigwyddiad gwrth-Semitaidd y mae rhywun arall wedi'i brofi, er enghraifft, un o'ch tenantiaid. Mae gan y CST dîm penodol sy'n delio â digwyddiadau gwrth-Semitig ac sy'n rhoi cymorth i ddioddefwyr, a hynny gan barchu cyfrinachedd bob amser. Fe all y CST drafod â'r Heddlu a chyrff eraill er mwyn sicrhau bod y digwyddiad yn cael sylw yn y ffordd iawn. Os nad ydych chi am gysylltu â'r Heddlu'n uniongyrchol, fe all y CST wneud hynny ar eich rhan fel 'Adroddwr Trydydd Parti'.

I roi gwybod am ddigwyddiad nad yw'n un brys, fe allwch chi anfon e-bost i **incidents@cst.org.uk**, neu ffoniwch y Rhif Argyfwng Cenedlaethol (24-awr) **0800 032 3263.** Mae rhagor o wybodaeth ar gael fan hyn: **www.cst.org.uk**

H

Hawliau dynol

Mae'r Deyrnas Unedig wedi llofnodi'r Confensiwn Ewropeaidd ar Hawliau Dynol a ddaeth yn rhan o gyfraith ddomestig o dan Ddeddf Hawliau Dynol 1998. Mae'r Ddeddf yn pennu tri pheth syml sy'n deillio o'r hawliau a'r rhyddid yn y Confensiwn:

- Mae'n anghyfreithlon i awdurdod cyhoeddus weithredu'n groes i'r hawliau yn y Confensiwn, oni bai, yn sgil Deddf Seneddol, nad oedd ganddo ddewis arall.
- Mae'n dweud bod yn rhaid i holl ddeddfwriaeth y Deyrnas Unedig fod ag ystyr sy'n cyd-fynd â'r hawliau, os yw hynny'n bosibl. Os bydd Llys yn dweud nad yw hynny'n bosibl, bydd y Senedd i benderfynu beth i'w wneud.
- Gellir delio ag achosion yn un o Lysoedd neu Dribiwnlysoedd y Deyrnas Unedig. Nid oes yn rhaid mynd â'r achos i Lys Hawliau Dynol Ewrop yn Strasbourg.

Mae'r Confensiwn yn gwarantu'r hawliau a'r mathau canlynol o ryddid:

- yr hawl i fywyd (Erthygl 2)
- yr hawl i fod yn rhydd rhag artaith neu driniaeth neu gosb annynol neu ddiraddiol (Erthygl 3)
- yr hawl i fod yn rhydd rhag caethwasanaeth neu gaethiwed, neu'n gorfod cyflawni llafur dan orfod neu'n orfodol (Erthygl 4)
- yr hawl i ryddid a diogelwch (Erthygl 5)
- yr hawl i gael treial teg, a chael eich tybio'n ddieuog hyd oni phrofir chi'n euog (Erthygl 6)
- yr hawl i beidio â chael eich cosbi ac eithrio dan gyfraith troseddol (Erthygl 7)
- yr hawl i barch i fywyd preifat a theuluol (Erthygl 8)
- yr hawl i ryddid mynegiant, cydwybod a chrefydd (Erthygl 9)
- yr hawl i ryddid mynegiant (Erthygl 10)

- yr hawl i ymgynnull ac ymgysylltu'n rhydd ag eraill (Erthygl 11)
- yr hawl i briodi a sefydlu teulu (Erthygl 12)
- gwahardd gwahaniaethu wrth fwynhau hawliau'r Confensiwn (Erthygl 23)
- yr hawl i fwynhau meddiannaeth yn heddychlon (Erthygl 1, Protocol 1)
- yr hawl i addysg (yn ddibynnol ar amod yn y Deyrnas Unedig) (Erthygl 2, Protocol 1)
- yr hawl i etholiadau rhydd (Erthygl 3, Protocol 1)
- yr hawl i beidio â chael y gosb eithaf (Erthyglau 1 a 2 o Brotocol 6)

Mae rhagor o wybodaeth ar wefan y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol: **www.equalityhumanrights.com/en/human-rights/human-rights-act**

Heterorywiaeth

Heterorywiaeth yw rhagfarn o blaid heterorywioldeb, gan gau allan bobl sydd â rhywioldeb gwahanol. Wrth hybu heterorywioldeb, yr hyn a wneir yw tybio bod pob unigolyn yn heterorywiol. Er enghraifft, byddai cyfeirio at bartner rhywun fel gŵr neu wraig yn golygu tybio bod y person hwnnw wedi priodi â rhywun o'r rhyw arall, mewn fframwaith heterorywiol traddodiadol. Mae hyn yn cael effaith negyddol ar y rheini nad ydyn nhw'n heterorywiol, ac mae'n ei gwneud yn anodd i bobl gydnabod bod gan bobl rywioldeb gwahanol i heterorywioldeb.

Heterorywiol

Person heterorywiol yw rhywun sydd â chyfeiriadedd emosiynol ac/neu rywiol tuag at bobl o'r rhyw arall. Byddai'n anghyffredin i rywun ddioddef gwahaniaethu ar y sail eu bod yn heterorywiol.

Hil

Mae hil yn nodwedd warchodedig. Mae'n cyfeirio at grŵp o bobl sy'n cael eu

diffinio gan eu hil, eu lliw, eu cenedligrwydd (gan gynnwys dinasyddiaeth), eu tarddiad ethnig, neu eu tarddiad cenedlaethol. Mae hil hefyd yn cynnwys grwpiau ethnig a grwpiau hil. Mae hyn yn golygu grŵp o bobl sydd i gyd yn rhannu'r un nodwedd warchodedig o ran ethnigrwydd neu hil.

Hiliaeth

Mae Confensiwn Rhyngwladol y Cenhedloedd Unedig ar Ddileu Pob Math o Wahaniaethu ar Sail Hil yn diffinio hiliaeth fel hyn: Unrhyw weithred sy'n gwahaniaethu, yn cau allan, yn gwahardd neu'n ffafrio ar sail hil, lliw, tras, tarddiad ethnig neu darddiad cenedlaethol, a'r weithred honno'n ceisio neu'n llwyddo i niweidio neu wanhau'r gydnabyddiaeth, y mwynhad, neu'r defnydd, ar sail gyfartal, o hawliau dynol a rhyddid sylfaenol yn y maes gwleidyddol, economaidd, cymdeithasol a diwylliannol, neu unrhyw faes arall mewn bywyd cyhoeddus.

Mae diffiniadau eraill o hiliaeth yn pwysleisio pwysigrwydd grym (gweithredoedd sefydliadau a'r llywodraeth) ac ideoleg (trosglwyddo syniadau a diwylliant) wrth ddylanwadu ar gau allan a gwahaniaethu hiliol, yn hytrach na gweithredoedd unigolion (sydd weithiau'n cael eu galw'n 'hilyddiaeth').

Hiliaeth Sefydliadol

Er bod y term hiliaeth sefydliadol wedi bod yn cael ei ddefnyddio (heb i lawer o bobl sylwi) ers nifer o flynyddoedd, daeth i amlygrwydd yn dilyn yr ymchwiliad i farwolaeth y llanc Du, Stephen Lawrence.

Dyma ddiffiniad adroddiad yr ymchwiliad (Adroddiad Macpherson) o hiliaeth sefydliadol: Methiant torfol sefydliad i roi gwasanaeth priodol a phroffesiynol i bobl oherwydd eu lliw, eu diwylliant neu eu tarddiad ethnig, gyda modd gweld neu ganfod hyn mewn prosesau; agweddau ac ymddygiad sy'n golygu gwahaniaethu drwy ragfarn, anwybodaeth, diffyg ystyriaeth a stereoteipio hiliol diarwybod sy'n rhoi pobl o leiafrifoedd ethnig dan anfantais.

Hindŵaeth

Nid yw Hindŵaeth yn un grefydd unedig. Mae wedi datblygu fel cyfres o athrawiaethau ac arferion crefyddol sy'n perthyn yn agos i'w gilydd. Mae Hindwiaid yn credu mewn un enaid neu Dduw o'r enw Brahman, a bod bodolaeth yn gylch sy'n cynnwys geni, marw ac ail-eni, a Karma'n llywodraethu'r cyfan. Mae duwiau niferus y ffydd Hindŵaidd yn cynrychioli gwahanol ddulliau Brahman o'i fynegi'i hun, a phob un yn dangos rhan wahanol o'i gymeriad. I raddau helaeth, peth i'r unigolyn yw addoli o dan Hindŵaeth, gan ddefnyddio delweddau, gweddïau a diagramau o'r bydysawd. Mae delwedd, neu eicon fel arfer, yn ganolog i'r addoli. Gellir addoli'r ddelwedd hon gartref neu yn y deml. Hindŵaeth yw'r drydedd grefydd fwyaf yn y Deyrnas Unedig, ac mae ganddi tua 400,000-550,000 o aelodau.

Ymddiriedolaeth elusennol yw'r Hindu Cultural Association Wales, a honno'n cael ei rhedeg gan Indian Community in Wales. Y nod yw integreiddio'r gymuned Indiaidd yn rhan naturiol o'r gymuned leol ehangach.   Fe allwch chi gysylltu â nhw drwy ffonio 029 2115 4913 neu drwy anfon e-bost i info@indiacentre.co.uk, neu mae rhagor o wybodaeth ar y wefan: http://www.indiacentre.co.uk/index.php

Homoffobia, biffobia a thrawsffobia

Mae troseddau neu ddigwyddiadau casineb sy'n homoffobig, yn biffobig neu'n drawsffobig yn weithredoedd sy'n cael eu cymell gan elyniaeth neu ragfarn y troseddwr tuag at bobl lesbiaidd, hoyw, deurywiol neu draws. Fe all unrhyw un ddioddef o ddigwyddiad homoffobig, biffobig, neu drawsffobig – fe all y dioddefwr fod yn lesbiaidd, yn hoyw, yn ddeurywiol, yn draws neu'n strêt.

Bydd rhywun yn cyflawni trosedd casineb drwy weiddi sylwadau sarhaus ar rywun yn y stryd, a'r rheini'n homoffobig, yn biffobig, neu'n drawsffobig eu natur, neu drwy ymosod yn gorfforol ar rywun gan feddwl eu bod nhw'n hoyw, yn lesbiaidd, yn ddeurywiol neu'n draws.

Os ydych chi'n teimlo eich bod chi wedi profi neu wedi bod yn dyst i homoffobia, ewch i'r cofnod Troseddau casineb / digwyddiadau casineb i gael manylion ynghylch sut i roi gwybod am hyn.

Hoyw

Mae hoyw yn derm sydd fel arfer yn cael ei ddefnyddio i ddisgrifio dyn sydd â chyfeiriadedd emosiynol ac/neu rywiol tuag at ddynion eraill. Mae rhai menywod hefyd yn eu diffinio'u hunain yn hoyw, yn hytrach nag yn lesbiaidd; fe ellir hefyd ei ddefnyddio fel term cyffredinol am rywioldeb lesbiaidd a hoyw. Ni ddylid dweud bod pobl yn 'hoywon'; yn hytrach dylid dweud eu 'bod nhw'n hoyw'.

Mae Stonewall Cymru yn ymgyrchu dros gydraddoldeb i bobl lesbiaidd, hoyw, deurywiol a thraws drwy Gymru. Mae rhagor o wybodaeth ar y wefan: **www.stonewallcymru.org.uk** neu cysylltwch â nhw ar **029 2023 7744** neu **cymru@stonewallcymru.org.uk**

Hunaniaeth

Mae'r cysyniad o hunaniaeth wedi'i seilio ar unigolion yn eu hystyried eu hunain yn aelodau o grwpiau penodol – â'r rheini'n ymwneud â phethau fel cenedl, dosbarth cymdeithasol, rhywioldeb, crefydd neu gred, is-ddiwylliant, ethnigrwydd, rhywedd, cyflogaeth, ac yn y blaen. Mae llawer o bobl yn teimlo'n falch o'u hunaniaeth, ac mae'n cryfhau'r ymdeimlad o gymuned. Nid oes gan bobl sydd â hunaniaeth benodol o anghenraid yr un anghenion neu werthoedd.

I

Iddewiaeth

Mae tair elfen i Iddewiaeth:

- cred mewn un Duw
- cred bod tarddiad dwyfol i'r Torah (Athrawiaeth neu Gyfarwyddyd)
- cred bod dilynwyr Iddewiaeth yn addoli Duw yn unig, sydd wedi cyfathrebu drwy'r Proffwydi.

Mae Iddewiaeth yn un o brif grefyddau'r byd. Mae'r Iddewon yn credu mewn un Duw hollalluog, gan ufuddhau i ofynion cyfreithiol a moesegol cyfraith ac arferion Iddewig, sydd wedi'u pennu yn y Talmud a'r Codau Cyfreithiol.

Mae Iddewon wedi ymrwymo i astudio'r llyfrau sanctaidd Iddewig, a'r Tenach yn enwedig. Mae gwahanol sectau o Iddewon i'w cael, gan gynnwys Iddewon Uniongred, Iddewon Diwygiadol, ynghyd â grwpiau Iddewig gwahanol ar sail eu man geni, e.e. Ashkenazim, Sephardim.

Mae Synagog Unedig Caerdydd yn ganolfan i fywyd ac arferion Iddewig, ac wedi ymrwymo i ddelfrydau Iddewiaeth Uniongred. Fe allwch chi gysylltu â nhw drwy ffonio **029 2047 3728** neu drwy anfon e-bost i **c.u.s@btinternet.com**, neu mae rhagor o wybodaeth ar y wefan: **www.cardiffshul.org**

Iechyd Meddwl

Bydd un ym mhob pedwar ohonom ni'n cael problemau iechyd meddwl rywdro yn ein bywydau. Mae pob math o wahanol broblemau iechyd meddwl yn bodoli; mae canllaw da i'r rhai mwyaf cyffredin ar wefan Mind, gan gynnwys diagnosis, opsiynau triniaeth, a ble i gael cymorth: **www.mind.org.uk/information-support/types-of-mental-health-problems/**

Os bydd gan eich tenant chi broblem iechyd meddwl, mae nifer fawr o asiantaethau ac elusennau gwahanol sy'n gallu rhoi cymorth a chefnogaeth. Mae rhai o'r sefydliadau yn gweithio ym maes iechyd meddwl cyffredinol, ac eraill yn canolbwyntio ar gyflyrau penodol. Rydym wedi cynnwys rhestr o rai gwefannau ac adnoddau defnyddiol fan hyn, ond os hoffech chi ragor o gymorth, cysylltwch â Drysau Agored (mae'r manylion cysylltu ar y clawr cefn) ac fe allwn eich cysylltu â'r sefydliad priodol.

- Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro: mae'r tudalennau hyn yn disgrifio, yn esbonio ac yn rhoi adnoddau defnyddiol ynghylch iechyd meddwl ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a’r Fro: http://www.cardiffandvaleuhb.wales.nhs.uk/mental-health-services
- Mind Caerdydd: ystod o wybodaeth gywir, ddiweddar am faterion iechyd meddwl: http://www.cardiffmind.org/
- Iechyd Meddwl Cymru: gwefan wedi’i rheoli gan Hafal, prif elusen Cymru i bobl sydd â iechyd meddwl difrifol a’u gofalwyr. Nod y wefan yw rhoi cyfres o ddolenni defnyddiol ynghyd â llyfrgell o wybodaeth i weithwyr iechyd meddwl proffesiynol, clinigwyr, ac unigolion sy’n byw â salwch meddwl, eu teuluoedd a’u gofalwyr: http://www.mentalhealthwales.net/
- Gofal: un o brif elusennau iechyd meddwl a llesiant meddyliol Cymru. Mae’n rhoi ystod o wasanaethau i bobl sydd â phroblemau iechyd meddwl, ac yn eu helpu gyda’u hannibyniaeth, eu gwellhad, eu hiechyd a’u llesiant: http://www.gofal.org.uk/

Islam

Crefydd sy’n credu mewn un Duw yw Islam, a honno wedi’i seilio ar athrawiaeth y Proffwyd Mohamed, yn y gred mai ef oedd negesydd olaf Duw ar y Ddaear. Moslemiaid yw’r enw ar ddilynwyr Islam. Mae gan Foslemiaid chwe phrif gred: Maen nhw’n credu mewn:

- un Duw
- llyfr sanctaidd y Qu’ran
- presenoldeb proffwydi (Adam, Abraham, Moses, Dafydd, Iesu a Mohamed)
- dydd y farn
- presenoldeb angylion
- gorchymyn dwyfol.

Mae'n rhaid i Foslemiaid arddel Pum Colofn Islam. Y rhain yw:

- Shahadah – cyffes ffydd yn Nuw a chydnabod mai Mohamed oedd ei broffwyd
- Salat – gweddïo bum gwaith y diwrnod yn y ffordd iawn
- Zakat – talu canran o incwm i'r tlawd
- Sawm – ymprydio yn ystod mis Ramadan
- Hajj – mynd ar bererindod i Mecca.

Islam yw'r ail grefydd fwyaf yn y Deyrnas Unedig, ac mae ganddi tua miliwn a hanner o aelodau.

Mae Cyngor Moslemiaid Cymru yn perthyn i Gyngor Moslemiaid Prydain, ac mae'n sefydliad ambarél eang a sefydlwyd yn gynnar yn y 2000au i wasanaethu anghenion y gymuned Foslemaidd ledled Cymru. Mae'r elusen yn gweithio gyda mosgiau, elusennau, sefydliadau a phartneriaid lleol a hynny er lles pawb. Mae rhagor o wybodaeth ar y wefan: **www.muslimcouncilwales.org.uk** neu cysylltwch â nhw drwy ffonio **029 2048 7667** neu drwy anfon e-bost i **info@muslimcouncilwales.org.uk**

Islamoffobia

Rhagfarn a gelyniaeth ddi-sail tuag at grefydd Islam ac/neu bobl Foslemaidd yw Islamoffobia. Fe all hefyd gyfeirio at oblygiadau ymarferol gwahaniaethu yn erbyn unigolion a chymunedau Moslemaidd, ac at gau Moslemiaid allan o wleidyddiaeth a materion cymdeithasol prif ffrwd.

Mae TELL MAMA yn helpu'r rheini sydd wedi dioddef o gasineb gwrth-Foslemaidd ac mae'n wasanaeth cyhoeddus sydd hefyd yn mesur ac yn monitro digwyddiadau gwrth-Foslemaidd. Fe allwch chi roi gwybod am ddigwyddiad drwy ffonio **0800 456 1226** neu drwy anfon e-bost i **info@tellmamauk.org,** neu drwy un o'r dulliau eraill a nodir ar y wefan: **www.tellmamauk.org**

Nid ei ddiben yw disodli'r Heddlu yn hyn o beth. Mewn argyfwng, ffoniwch **999.**

L

Lesbiad

Lesbiad yw menyw sydd â chyfeiriadedd emosiynol ac/neu rywiol tuag at bobl o'r un rhyw. Nid yw rhai menywod yn hoff o'r term lesbiad, ac mae'n well ganddyn nhw ddisgrifio'u hunain fel pobl hoyw. Mae'n werth nodi hefyd na ddylai termau y mae'r gymuned lesbiaidd yn eu defnyddio, fel 'dyke', 'butch' a 'femme', gael eu defnyddio'n gyffredinol. Mae'n well defnyddio'r term lesbiad, oni bai y nodir fel arall.

Mae Stonewall Cymru yn ymgyrchu dros gydraddoldeb i bobl lesbiaidd, hoyw, deurywiol a thraws drwy Gymru. Mae rhagor o wybodaeth ar y wefan: **www.stonewallcymru.org.uk** neu cysylltwch â nhw drwy ffonio **029 2023 7744** neu drwy anfon e-bost i **cymru@stonewallcymru.org.uk**

LGBT

Mae'r byrfodd Saesneg LGBT yn cyfeirio at 'Lesbiaidd, Hoyw, Deurywiol a Thraws'. Mae cofnodion unigol ar gyfer pob un o'r geiriau hyn yn y canllaw hwn.

M

Menyw drawsryweddol

Term a ddefnyddir i ddisgrifio rhywun gwrywaidd adeg ei geni ond sy'n ei hystyried ei hun yn fenyw ac yn byw fel menyw. Fe ellir cwtogi'r term hwn i fenyw traws, neu MTF, sef byrfodd am y Saesneg 'male-to-female'.

N

Nam

Nam yw unrhyw beth sy'n cyfyngu ar allu corfforol person, ei allu synhwyraidd, ei allu deallusol a'i allu gwybyddol. Fe all pobl gael eu geni â nam, neu fe all ddatblygu yn sgil damwain neu salwch.

Os bydd gan eich tenant chi nam, efallai y bydd yn rhaid i chi wneud addasiadau rhesymol neu roi gwybodaeth mewn fformatau gwahanol.

Nodweddion Gwarchodedig

Mae gwahaniaethu sy'n digwydd oherwydd un neu ragor o'r nodweddion hyn yn anghyfreithlon o dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010. Mae gan bob un ohonom rai o'r nodweddion hyn – er enghraifft, rhywedd neu oedran – felly mae'r Ddeddf yn gwarchod pawb rhag gwahaniaethu. Mae naw o nodweddion sy'n cael eu gwarchod o dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010. Dyma nhw:

- oedran
- anabledd
- ailbennu rhywedd
- priodas a phartneriaeth sifil
- beichiogrwydd a mamolaeth
- hil
- crefydd neu gred
- rhyw
- cyfeiriadedd rhywiol

Mae cofnodion unigol yn y canllaw hwn ar gyfer pob un o'r nodweddion gwarchodedig, ac mae rhagor o wybodaeth hefyd ar wefan y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol: **www.equalityhumanrights.com/en/equality-act/protected-characteristics**

O

Oedran

Rhywun o oedran penodol (er enghraifft rhywun 32 oed) neu bobl sy'n perthyn i ystod oedran (er enghraifft pobl 18 i 30 oed).

Efallai y bydd angen cefnogaeth a chymorth ar rai pobl hŷn er mwyn iddyn nhw allu byw yn annibynnol yn eu cartrefi eu hunain. Age Cymru yw'r elusen genedlaethol dros bobl hŷn yng Nghymru, ac mae gan ei gwefan wybodaeth ddefnyddiol, cyngor a dolenni i'r gwahanol wasanaethau cymorth sydd ar gael. Mae rhagor o wybodaeth ar gael drwy fynd i **www.ageuk.org.uk/cymru** neu drwy gysylltu â'r Llinell Gyngor: **08000 223 444.**

Q

'Queer'

Yn y gorffennol, roedd hwn yn derm difrïol am unigolion lesbiaidd, hoyw, deurywiol a thraws. Yn fwy diweddar, mae pobl ifanc lesbiaidd, hoyw, deurywiol a thraws wedi hawlio'r term yn ôl, yn enwedig y rheini nad ydyn nhw'n uniaethu â'r categorïau traddodiadol ar gyfer hunaniaeth o ran rhywedd a chyfeiriadedd rhywiol. Ond mae rhai pobl yn dal i'w ystyried yn derm difrïol.

RH

Rhagdybiaethau

Barn neu safbwyntiau am bobl yw rhagdybiaethau. Er enghraifft, fe ellir gwneud rhagdybiaethau ar sail profiad o ymddygiad yn y gorffennol e.e. 'mae hi wastad wedi rhoi gwybod imi pan fydd hi'n hwyr; felly (gan nad yw hi wedi cysylltu â mi i ddweud fel arall) rwy'n rhagdybio y bydd hi'n brydlon i'n hapwyntiad'.

Serch hynny, fe all rhagdybiaethau fod yn broblematig pan fyddan nhw wedi'u seilio ar wybodaeth rannol neu anghywir, neu pan fydd nodweddion sydd fel arfer yn cael eu cysylltu â grwpiau penodol o bobl yn cael eu cymhwyso i unigolion. Er enghraifft, efallai y byddech chi'n rhagdybio nad oes dim o'ch tenantiaid yn Foslemiaid gan nad oes dim un o'r menywod yn gwisgo'r hijab, neu nad oes gennych chi denantiaid anabl gan nad oes dim un ohonyn nhw'n defnyddio cadair olwyn. Fe allai camau sy'n cael eu cymryd ar sail unrhyw ragdybiaethau anghywir arwain at ymddygiad sy'n gwahaniaethu'n erbyn pobl.

Rhagfarn

Safbwynt, barn neu argyhoeddiad sy'n gallu bod yn elyniaethus ei natur yw rhagfarn, a honno wedi'i ffurfio ymlaen llaw neu heb wybodaeth neu heb edrych ar y ffeithiau. Efallai y bydd rhywun yn teimlo hyn, neu'n ei fynegi. Fe ellir cyfeirio rhagfarn, heb reswm, tuag at grŵp neu unigolyn yn y grŵp hwnnw, ac fe all ddatblygu hefyd yn ddrwgdybiaeth neu'n gasineb afresymegol. Er nad yw'n bosibl deddfu yn erbyn rhagfarn, mae rhagfarn yn aml yn arwain at ymddygiad gwahaniaethol, ac fe all hynny ynddo'i hun fod yn anghyfreithlon. Mae'n anodd herio rhagfarn oni bai fod rhywun yn ei mynegi'n agored, felly mae'n bwysig bod sefydliadau'n annog trafodaethau agored am faterion sy'n peri pryder.

Rhyngrywiol

Fe all fod gan berson gyflwr rhyngrywiol pan fydd eu rhyw anatomegol yn amwys. Fe all y cyflwr ddeillio o anghydbwysedd cynhenid neu hormonaidd yn

y ffetws neu'r brych. Fe all rhai pobl sydd â chyflwr rhyngrywiol brofi dysfforia rhywedd, ond felly bobl eraill.

Rhyw

Gwryw neu fenyw. Mae rhyw yn cyfeirio at ryw anatomegol neu gorfforol rhywun – mewn geiriau eraill, sut fath o organau rhyw sydd ganddyn nhw. Ac eithrio yn yr achosion prin iawn pan fydd pobl yn rhyngrywiol, mae rhyw anatomegol wedi'i ddiffinio'n bendant ac mae'n hawdd i'w ddehongli.

Rhywedd

Rhywedd yw'r cyflwr o fod yn wrywaidd neu'n fenywaidd. Mae'n ymwneud â benyweidd-dra (neu fenyweiddiwch) a gwrywdod (neu wryweiddiwch) a'n dealltwriaeth o ystyr y termau hyn. Ceir cryn ddadlau ynghylch a yw gwryweiddiwch a benyweiddiwch yn ymwneud â bioleg yn unig (cael eich geni'n wryw neu'n fenyw) ynteu a ydyn nhw hefyd yn ymwneud â chymdeithasoli a dylanwadau diwylliannol, ynteu'n gyfuniad o'r holl ffactorau hyn.

Rhwystrau

Strwythurau neu ffactorau yw rhwystrau, boed y rheini'n rhai corfforol, cymdeithasol neu seicolegol. Maen nhw'n ei gwneud hi'n anodd i bobl wneud cynnydd neu gyflawni amcan. O ran cydraddoldeb, maen nhw'n ffactorau sy'n rhwystro unigolion, neu grwpiau o bobl, rhag gallu cael gwaith neu wasa naethau, neu rhag cyflawni eu potensial mewn cymdeithas.

Fe all enghreifftiau o rwystrau gynnwys gwybodaeth wael a threfniadau gwael i fynd i mewn i adeiladau, rhagfarn wrth recriwtio a dethol, diffyg trafnidiaeth, darpariaeth addysgol a hyfforddiant gwael, diffyg pobl i'w hefelychu, a rhagfarn a gwahaniaethu cyffredinol yn erbyn grwpiau penodol.

S

Senophobia

Senoffobia yw rhagfarn sydd wedi'i seilio ar anhoffter eithafol neu ofn afresymegol o dramorwyr. Fe'i cysylltir yn aml hefyd ag anhoffter o ddiwylliannau, crefyddau a dulliau byw pobl sy'n byw mewn gwledydd eraill. Mae'n wahanol i hiliaeth, gan fod hiliaeth hefyd yn ymwneud â rhai grwpiau hiliol yn stampio'u hawdurdod ac yn camddefnyddio'u grym dros grwpiau hiliol eraill.

Siciaeth

Crefydd sy'n credu mewn un Duw yw Siciaeth, ac fe'i sefydlwyd yn rhanbarth Punjab, sef darnau o India a Phacistan bellach. Siciaeth yw'r ieuengaf o grefyddau mawr y byd, ac fe'i sefydlwyd a'i seilio ar athrawiaeth Guru Nanak a'r naw gwrw Sicaidd a'i dilynodd. Mae 20 miliwn o Siciaid yn y byd, a'r rhan fwyaf ohonyn nhw'n byw yn India.

Dyma brif gredoau Siciaeth:

- cydraddoldeb, waeth beth fo dosbarth, hil neu rywedd rhywun
- fe all pawb gysylltu'n uniongyrchol â Duw drwy eu perthynas bersonol â Duw
- dylai pobl fyw yn eu cymuned a bod yn rhan weithgar ohoni

- dylai cyfiawnder cymdeithasol fod yn nod i gymdeithas
- nid yw marwolaeth yn ddiwedd ar fodolaeth, ond mae'n rhan o'r broses o bontio i fywyd lle bydd rhywun yn nes at Dduw.

Llyfr o'r enw'r Guru Granth Sahib yw'r ysgrythur Siciaidd, ac mae Siciaid yn credu ei fod yn ymgorfforiad cyfoes o'r Gwrw Sîc. Gan hynny, maen nhw'n dangos parch a defosiwn mawr tuag at y llyfr. Mewn Gurdwara neu deml y bydd y Siciaid yn addoli. Siciaeth yw'r bedwaredd grefydd fwyaf yn y Deyrnas Unedig, ac mae ganddi tua 350,000 o aelodau.

Statws priodasol

Mae statws priodasol yn cyfeirio at y cyflwr cyfreithiol o fod yn sengl, yn briod, wedi ysgaru, yn weddw, neu mewn partneriaeth sifil. Mae'n anghyfreithlon gwahaniaethu ar sail statws priodasol pobl.

Stereoteipio

Stereoteipio yw pan fydd nodweddion sy'n cael eu cysylltu fel arfer â grŵp penodol yn cael eu cymhwyso i unigolion y mae rhywun yn credu sy'n rhan o'r grŵp hwnnw. Mae hyn yn digwydd trwy'r adeg, pryd bynnag y bydd rhywun yn cyffredinol am bobl. Fe all stereoteipio fod yn gadarnhaol ac yn negyddol, ac fe all y naill a'r llall fod yr un mor gyfeiliornus â'i gilydd. Fe all problemau ddigwydd pan fydd rhywun yn stereoteipio wrth ffurfio barn am rywun, a hynny ar sail hunaniaeth grŵp y person hwnnw, gan farnu ymlaen llaw neu wneud rhagdyb iaethau am unigolion penodol. Fe all hyn arwain at ymddygiad sy'n gwahaniaethu yn erbyn pobl.

T

Teulu

Mae sawl math o aelwydydd gwahanol bellach i'w cael yn y sector rhentu preifat bellach, ac nid peth anghyffredin yw gweld teuluoedd yn byw yn y math yma o dai. Boed eich tenantiaid yn chwilio am ofal plant, rhywbeth i'w wneud ar benwythnosau neu gyngor cyffredinol, mae gwasanaethau defnyddiol ar gael yng Nghymru sy'n helpu teuluoedd.

Mae Pwynt Teulu Cymru yn adnodd gwych sy'n ceisio creu cysylltiadau rhwng gwasanaethau pwysig a rhieni, unrhyw un sy'n gyfrifol am blentyn neu berson ifanc, a gweithwyr proffesiynol. Mae'n gwneud hyn drwy ei wefan a llinell ffôn. Mae modd cysylltu â nhw drwy ffonio **0300 222 57 57 57**, neu drwy fynd i'r wefan **www.familypoint.cymru**

Mae'r Gwasanaeth Gwybodaeth i Deuluoedd yn rhoi cyngor a gwybodaeth yn rhad ac am ddim ar ystod o opsiynau ar gyfer gofal plant ac am weithgareddau i blant rhwng 0 a 20 oed, eu teuluoedd a'u gofalwyr. Mae hyn yn cynnwys gwybodaeth am feithrinfeydd, gwarchodwyr plant, clybiau ar ôl ysgol, grwpiau chwarae a grwpiau rhieni a babanod. Mae'r Gwasanaeth hefyd yn rhoi cymorth a chyngor ynghylch talu am ofal plant a gweithio yn y maes. Y wefan yw **www.cardiff-fis.info** neu mae modd cysylltu'n uniongyrchol drwy ffonio **029 2035 1700.**

Traws

Term ambarél i ddisgrifio pobl nad yw eu rhywedd yr un fath â'u rhyw adeg eu geni, neu nad yw eu rhywedd yn cyd-fynd yn iawn â'u rhyw adeg eu geni.

Fe allai pobl draws ddisgrifio'u hunain gan ddefnyddio un neu ragor o nifer o dermau gwahanol, gan gynnwys y canlynol (ond heb fod yn gyfyngedig i'r rhain): trawsryweddol, trawsrywiol, rhywedd-queer, rhywedd hyblyg, anneu-aidd, rhywedd amrywiol, croeswisgwr, dirywedd, dim rhywedd, trydydd rhy-wedd, deuysbrydol, bi-rywedd, dyn traws, menyw taws, traws gwrywaidd, traws benywaidd, a neutrois.

Mae Stonewall Cymru yn ymgyrchu dros gydraddoldeb i bobl lesbiaidd, hoyw, deurywiol a thraws drwy Gymru. Mae rhagor o wybodaeth ar y wefan: **www.stonewallcymru.org.uk** neu cysylltwch â nhw ar **029 2023 7744** neu **cymru@stonewallcymru.org.uk**

Trawsbontio

Y camau y gall person traws eu cymryd i fyw'n unol â sut y mae'n ystyried ei rywedd. Bydd proses trawsbontio pob person yn golygu pethau gwahanol. I rai mae'n golygu ymyrryd yn feddygol, fel cael therapi hormonau a thriniaeth lawfeddygol, ond ni fydd pob person traws yn awyddus i gael hyn nac yn gallu cael hyn. Fe all trawsbontio hefyd olygu pethau fel dweud wrth ffrindiau a theulu, gwisgo'n wahanol, a newid dogfennau swyddogol.

Trawsrywiol

Fe ddefnyddiwyd y term hwn yn y gorffennol fel term mwy meddygol (yn debyg i gyfunrywiol) er mwyn cyfeirio at rywun a fyddai'n trawsbontio i fyw'n unol â rhywedd 'gwahanol' i'w rhyw adeg eu geni.

Mae'r term yn dal i gael ei ddefnyddio gan rai, ond mae'n well gan lawer o bobl y term traws neu drawsryweddol.

Trin yn llai ffafriol

Trin yn llai ffafriol yw pan fydd rhywun yn cael ei drin yn wahanol i rywun arall sydd heb yr un nodwedd warchodedig, gan fod mewn sefyllfa waeth oherwydd hynny. Gweler gwahaniaethu uniongyrchol.

Troseddau casineb / digwyddiadau casineb

Y diffiniad o ddigwyddiad casineb yw unrhyw weithred, a allai fod yn drosedd neu beidio, lle bydd y sawl sy'n dioddef neu unrhyw berson arall yn teimlo mai gelyniaeth neu ragfarn tuag at agwedd ar hunaniaeth y person dan sylw sydd wedi cymell y weithred honno. Mae digwyddiadau casineb yn cynnwys:

- difrïo llafar fel galw enwau
- aflonyddu
- ymosodiadau corfforol fel taro, dyrnu, gwthio, poeri
- bygwth trais
- galwadau ffug, negeseuon ffôn neu destun difrïol, llythyrau cas
- difrïo pobl ar-lein, er enghraifft ar Facebook neu Twitter
- achosi niwed neu ddifrod i bethau fel eich cartref, anifail anwes, cerbyd
- graffiti
- cynnau tanau bwriadol.

Y diffiniad o drosedd casineb yw unrhyw weithred anghyfreithlon lle bydd y sawl sy'n dioddef neu unrhyw berson arall yn teimlo mai gelyniaeth neu ragfarn tuag at hunaniaeth y person dan sylw sydd wedi cymell y weithred honno.

Pan gaiff gweithred ei diffinio yn drosedd casineb, fe all y barnwr roi dedfryd lymach i'r troseddwr o dan Ddeddf Cyfiawnder Troseddol 2003. Fe ellir cyflawni trosedd o'r fath yn erbyn person neu eiddo. Nid oes yn rhaid i'r sawl sy'n dioddef fod yn aelod o'r grŵp a dargedwyd gan yr ymddygiad gelyniaethus. Yn wir, fe all unrhyw un ddioddef o drosedd casineb.

Mae sawl ffordd i roi gwybod am drosedd casineb, fel dioddefwr, tyst, neu wrth roi gwybod ar ran rhywun arall:

- Mewn argyfwng: ffoniwch **999**
- I roi gwybod am droseddau nad ydyn nhw'n rhai brys, ffoniwch **101** i siarad ag aelod o Heddlu De Cymru, 2 awr y dydd, 7 diwrnod yr wythnos

- Nid oes yn rhaid ichi roi eich manylion personol, ond bydd yr ymchwiliad a'r gallu i erlyn y troseddwr neu'r troseddwyr yn gyfyngedig os na fydd modd i'r heddlu gysylltu â chi. Ar ôl ichi roi gwybod am y drosedd, bydd Swyddog Troseddau Casineb, sydd wedi'i hyfforddi i ddeall troseddau casineb a'r modd y mae'n effeithio ar bobl, yn cysylltu â chi ac yn eich helpu.
- Mae dioddefwyr yn cael eu hannog bob amser i gysylltu â'r heddlu, ond fe allwch chi roi gwybod am y digwyddiad yn uniongyrchol i Cymorth i Ddioddefwyr drwy ffonio **08456 121 900** a hynny 24 awr y dydd, 7 diwrnod yr wythnos. Bydd gwasanaethau i'ch helpu yn cael eu cynnig o fewn 48 awr.
- Fe allwch chi hefyd roi gwybod ar-lein drwy fynd i wefan **www.reporthate.victimsupport.org.uk** lle mae rhagor o wybodaeth a chyngor ar gael

U

Urddas

Urddas yw'r rhinwedd ddynol sy'n golygu bod rhywun yn haeddu edmygedd neu barch. Mae gan eich holl denantiaid yr hawl i gael eu trin ag urddas bob amser, ac mae gennych chithau'r hawl hon fel landlord. Heb urddas, nid oes llawer o ystyr i'r holl ddulliau o warchod hawliau dynol gwahanol, a dyna pam fod y cysyniad wedi bod yn ganolog i'r fframwaith hawliau dynol rhyngwladol, a pham ei fod yn dal i fod felly.

Gwneud Atgyfeiriad i Ddrysau Agored

A ydych chi wedi cwrdd â landlord neu denant yn y sector rhentu preifat sydd â phroblem ynglŷn â chydraddoldeb ac amrywiaeth? Gall hyn fod yn:

- Landlord sy'n dymuno gwybod beth y gall ddweud a beth na all ddweud mewn hysbyseb ynglŷn â'u heiddo
- Tenant sy'n meddwl bod gwahaniaethu yn ei erbyn wedi digwydd efallai, ond nid yw'n siŵr beth i'w wneud
- Landlord sydd angen rhywfaint o ganllawiau ynglŷn â gwneud addasiadau i'w eiddo ar gyfer tenant anabl
- Landlord â thenant sydd angen rhywfaint o gefnogaeth, ond nid yw'n siŵr lle i edrych am help

. . . neu unrhyw broblemau tebyg . . . Gallwch chi eu cyfeirio nhw at Ddrysau Agored!

Rydym ni yn cynnig canllawiau, cefnogaeth a hyfforddiant, gyda'r nod o leihau anghydraddoldeb a gwahaniaethu yn y sector rhentu preifat. Gallwch chi wneud atgyfeiriad yn uniongyrchol mewn unrhyw un o'r ffyrdd canlynol:

- Anfon neges uniongyrchol atom ar ein cyfrifon cyfryngau cymdeithasol yn

@OpenDoorsTP /OpenDoorsTP

- Anfon e-bost at **opendoors@taipawb.org**
- Ffonio **07585 405555**
- Defnyddio'r cyfleuster sgwrsio byw ar ein gwefan **www.opendoors.wales**
- Ysgrifennu atom at Drysau Agored, Unedau 2-3, Tŷ Norbury, Heol Norbury, Caerdydd, CF5 3AS