

Mae Gofyn i Fi yn gymuned o bobl sy'n codi ymwybyddiaeth o drais yn erbyn menywod a merched, yn rhannu gwybodaeth am gam-drin domestig a thrais rhywiol yn eu cymunedau ac yn gwybod sut i roi'r ymateb cywir i oroeswyr. I ymuno, mae angen i chi fod yn 18 oed neu'n hŷn a chwblhau ein cwrs "Croeso i Gofyn i Fi" yn llwyddiannus.

Ask Me is a community of people who raise awareness around violence against women and girls, share information about domestic abuse and sexual violence in their communities and know how to give the right response to survivors. To join, you need to be 18 or over and successfully complete our "Welcome to Ask Me" course.

Hoffech chi ymuno â ni? Sganiwch yma neu e-bostiwch askmeWales@welshwomensaid.org.uk

Want to join us? Scan here or email askmeWales@welshwomensaid.org.uk

#TorriYTawelwch
#BreakingTheSilence

Llinell Gymorth Byw Heb Ofn
Live Fear Free Helpline
0808 80 10 800
ffôn • tecst • sgwrsio byw • ebost
call • text • live chat • email

SWA

newid sy'n para
change that lasts

Cymorth i Ferched Cymru
Welsh Women's Aid

thrive
WOMEN'S AID