

Siarad am ryw

“SEXtember”

Time to talk about sex

SECSTIO,
Y PETHAU
SYLFAENOL

SEXTING,
THE
BASICS

Gelwir defnyddio ffonau symudol neu'r we i anfon delweddau rhannol noeth/noeth neu ddelweddau rhywiol neu fideo rhywiol yn "secstio". Oeddech chi'n gwybod os ydych chi'n iau na 18 oed, bod anfon delweddau noeth neu ddelweddau rhywiol yn cael eu hystyried fel dosbarthu pornograffi plant, hyd yn oed os mai anfon hunlun mewn dillad isaf neu hunlun noeth 'yn unig' o'ch hun i'ch partner a wnaethoch chi !!

Secstio... Meddyliwch

Beth ydw i'n ei wneud? Ydw i'n gwneud hyn er mwyn fy hun, neu iddyn nhw?

Ond rwy'n ymddiried ynddo /ynddi i beidio â'i rannu...

Beth os: yw rhywun yn dwyn ei ffôn? yn ei hacio? yn gadael eich neges ar agor pan mae unigolion eraill o gwmpas? Beth os yw'r berthynas yn gorffen neu'ch bod yn ffraeo?

O na. Rwyf wedi anfon llun, Beth alla i wneud?

Cymerwch anadl ddofn a gweithredu'n gyflym, gofynnwch i'r unigolyn a dderbyniodd y llun i gael gwared â'r neges

Am wybodaeth bellach, edrychwch ar yr holl adnoddau ar wefan Sextember.org.

Sexting... Think:

Why am I doing it?

Am I doing this for me, or for them?

But I trust them not to share it...

What if they: get their phone stolen?
get hacked? leave your message open when other people may be around?
What if you break up or fall out?

Uh oh. I've sent a picture, What can I do?

Take a deep breath and act quickly, ask the receiver to delete the message

For further info, check out all the resources on the Sextember.org website.

Using mobile phones or the internet to send partial/full nudity or sexual images or video is known as "sexting". Did you know that if you are under 18 then sending naked or sexual images is classed as distributing child pornography, even if you 'just' sent an underwear only or naked selfie of yourself to your partner !!

www.sextember.org



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Betsi Cadwaladr
University Health Board

