**Social media messages**

Message to accompany video

Controlling behaviour is a form of abuse. These behaviours are often very subtle and can be hard to identify. If you see the signs, seek help from @LiveFearFree 24 hour free advice and Support 0808 8010 800

This is not love #ThisIsControl [attach video or link to YouTube <https://youtu.be/uLz-Kz0abAU> ]

Mae ymddygiad sy’n rheoli perthynas yn ffurf ar gam-drin. Mae’r ymddygiadau hyn yn aml yn gynnil iawn ac yn gallu bod yn anodd eu hadnabod. Os gallwch chi weld yr arwyddion, holwch @BywHebOfn am gyngor a chymorth am ddim 24 awr y dydd 0808 8010 800.

Nid cariad yw hyn #RheolaethYwHyn [attach video or link to YouTube <https://youtu.be/17Ebh34Xbmc> ]

Message to accompany images

Controlling behaviour is a form of abuse. These behaviours are often very subtle and can be hard to identify. If you see the signs, seek help from @LiveFearFree 24 hour free advice and Support 0808 8010 800

This is not love #ThisIsControl

[gov.wales/thisiscontrol](https://beta.gov.wales/this-is-control)

Mae ymddygiad sy’n rheoli perthynas yn ffurf ar gam-drin. Mae’r ymddygiadau hyn yn aml yn gynnil iawn ac yn gallu bod yn anodd eu hadnabod. Os gallwch chi weld yr arwyddion, holwch @BywHebOfn am gyngor a chymorth am ddim 24 awr y dydd 0808 8010 800.

Nid cariad yw hyn #RheolaethYwHyn

[llyw.cymru/rheolaethywhyn](https://beta.llyw.cymru/rheolaeth-yw-hyn)