

HYSBYSIAD I'R WASG

Mwy o berygl o foddi mewn tywydd cynhesach

- 18 o farwolaethau damweiniol yn gysylltiedig â dŵr yng Nghymru yn 2024
- Mae'r rhan fwyaf o'r damweiniau boddi yn digwydd yn ystod y misoedd cynhesaf
- Mae gan ymgyrch Parchwch y Dŵr gyngor pwysig ar achub bywydau
- Llefaryr cyfryngau ar gael ar gyfer cyfweliadau

Mae data newydd o 2024 yn dangos bod y rhan fwyaf o farwolaethau damweiniol sy'n gysylltiedig â dŵr yng Nghymru yn digwydd yn ystod y misoedd cynhesaf, gyda hanner yn digwydd ym mis Mai, Mehefin a Gorffennaf. Ym mis Mai 2024, y poethaf ar glawr,ⁱ cafwyd cynnydd nodedig mewn marwolaethau damweiniol yn y dŵr o'i gymharu â 2023.

Er gwaetha'r gwanwyn cynnes, gall tymheredd dŵr agored fod yn beryglus o oer o hyd – mae llawer o ddyfroedd arfordirol a mewndirol yn aros yn is nag 16°C gydol y flwyddyn, a all achosi sioc dŵr oer. Sioc dŵr oer yw ymateb y corff i drochiad sydyn mewn dŵr oer, sy'n arwain at chwythwm anfwriadol, anadlu cyflym a cholli'r gallu i nofio dros dro. Gall hyn arwain at foddi, yn enwedig os yw'r person yn syrthio i'r dŵr yn annisgwyl.

Wrth i'r tywydd gynhesu ledled Cymru, bydd mwy o bobl yn treulio amser yn y dŵr ac o gwmpas y dŵr. Mae Diogelwch Dŵr Cymruⁱⁱ wrthi'n atgoffa pawb am [Barchu'r Dŵr](#) drwy fod yn ymwybodol o'r risgiau, a thrwy wybod sut i helpu eu hunain a phobl eraill mewn argyfwng.

Yn anffodus, bu farw 18 o bobl yn ddamweiniol mewn marwolaethau yn gysylltiedig â dŵr yn 2024. Mae hyn yn ostyngiad o 25% mewn marwolaethau o'i gymharu â 2023, ond gan fod yna 19 o achosion eraill lle mae'r achos yn dal yn anhysbys, mae nifer y marwolaethau damweiniol yn debygol o gynyddu wrth i wybodaeth ychwanegol ddod ar gael gan grwneriaid. Mae'r marwolaethau damweiniol yn rhan o gyfanswm o 54 o farwolaethau yn gysylltiedig â dŵr yng Nghymru ar gyfer 2024.

Mae Cronfa Ddata Digwyddiadau Dŵr (WAID) 2024, sy'n cael ei chynnal gan y Fforwm Diogelwch Dŵr Cenedlaethol (NWSF),ⁱⁱⁱ yn dangos y canlynol yng Nghymru:

- Mai, Mehefin, Gorffennaf a Thachwedd oedd y misoedd â'r nifer fwyaf o farwolaethau damweiniol.
- Mae dynion yn dal i gael eu gorgynrychioli gydag 82% o farwolaethau damweiniol.
- Dynion 20-29, 50-59 a 70-79 oed oedd y grwpiau uchaf o ran marwolaethau damweiniol.
- Gweithgareddau hamdden, fel chwaraeon antur, pysgota, hwylio cychod, a gweithgareddau ar lan y dŵr, oedd yn gyfrifol am 67% o'r holl farwolaethau damweiniol.

Tudalen 2 o 3

- Mae marwolaethau damweiniol yn digwydd mewn dyfroedd mewndirol (llynnoedd, afonydd, camlesi, cronfeydd dŵr a chwareli) ac ar yr arfordir, gyda 56% yn digwydd mewn lleoliadau ar yr arfordir.
- O'r 193 o farwolaethau damweiniol yn y Deyrnas Unedig, roedd 18 yng Nghymru, 136 yn Lloegr, 33 yn yr Alban a 6 yng Ngogledd Iwerddon.

Mae Diogelwch Dŵr Cymru yn cefnogi ymgyrch diogelwch cyhoeddus NWSF *Parchwch y Dŵr* sy'n rhoi cyngor syml ar achub bywydau i rymuso pobl i gymryd cyfrifoldeb dros eu diogelwch ger dŵr. Mae hyn yn cynnwys gwybod beth i'w wneud os byddwch chi'n cael eich hun mewn trafferth yn y dŵr, a gwybod beth i'w wneud os byddwch chi'n gweld rhywun arall mewn trafferth.^{iv}

Os byddwch chi mewn trafferth yn y dŵr, **arnofiwch i fyw**:

- Pwyswch eich pen yn ôl gyda'ch clustiau dan y dŵr
- Ceisiwch ymlacio ac anadlu yr un fath ag arfer, gan symud eich dwylo i'ch helpu i aros ar ben y dŵr
- Unwaith y bydd effeithiau'r sioc dŵr oer wedi mynd, gweiddwch am help.

Os gwelwch chi rywun arall mewn trafferth yn y dŵr yr haf hwn, cofiwch **Ffoniwch, Dwedwch, Taflwch**:

- **Ffoniwch** 999 i gael help
- **Dwedwch** wrth y person sy'n cael trafferth am arnofio ar eu cefn
- **Taflwch** rhywbeth sy'n arnofio atyn nhw, fel cylch achub, tegau chwythu, neu botel.

Bydd Diogelwch Dŵr Cymru yn hybu'r ymgyrch Parchwch y Dŵr gydol yr haf, gan gynnwys ymgyrch sy'n canolbwyntio ar sut i arnofio i gyd-fynd â Diwrnod Atal Boddi'r Byd ar 25 Gorffennaf.

Dywedodd Chris Cousens, Cadeirydd Diogelwch Dŵr Cymru:

"Mae'r ffigurau diweddaraf hyn ar farwolaethau drwy foddï yng Nghymru yn peri pryder mawr. Mae pob ystadegyn yn cynrychioli bywyd wedi'i gollu a theulu wedi'i ddinistrio. Gyda misoedd yr haf yn agosáu, mae'n hanfodol bod pawb yn rhoi blaenoriaeth i ddiogelwch dŵr. P'un a ydych chi ar y traeth, afon, neu lyn, byddwch yn ymwybodol bob amser o'r risgiau a chymerwch ragofalon angenrheidiol.

Hoffwn i annog pawb yn gryf i ymweld â gwefan Parchwch y Dŵr i ddysgu am ddiogelwch dŵr. Gall deall sut i atal boddi wneud gwahaniaeth enfawr. Gallai treulio ychydig eiliadau ar hyn achub llawer o fywydau."

I weld a lawrlwytho adroddiad WAID 2024, ewch i [wefan NWSF](#).

I gael rhagor o wybodaeth am yr ymgyrch Parchwch y Dŵr, ewch i [i respectthewater.com](http://respectthewater.com)

DIWEDD

I gael rhagor o wybodaeth neu i drefnu cyfweiliad, cysylltwch â Joseph Tinkler jtinkler@rospa.com

Nodiadau i olygyddion:

Marwolaethau yn gysylltiedig â dŵr yng Nghymru	2024
Amheuaeth o ddamwain	17
Heb ei gofnodi	19
Amheuaeth o achos naturiol	1
Amheuaeth o hunanladdiad*	17
Cyfanswm	54

*Yn unol â [Chanllawiau'r Samariaid i'r Cyfryngau ar Ohebu ar Hunanladdiad](#) dydyn ni ddim yn tynnu sylw at ddata sy'n ymwneud â'r mathau hyn o ddigwyddiadau, nac yn enwi na sôn am leoliadau penodol neu ddulliau hunanladdiad. I gael rhagor o wybodaeth cysylltwch â mediaadvice@samaritans.org neu ffoniwch 07483 028725. Gall unrhyw un gysylltu â'r Samariaid am ddim, unrhyw bryd o unrhyw ffôn, ar 116 123. I gael rhagor o wybodaeth anfonwch neges ebost at jo@samaritans.org neu ewch i www.samaritans.org.

ⁱ Y Swyddfa Dywydd, Adroddiad Tywydd Misol Mai 2024 [mwr 2024 05 for print v1.pdf](#)

ⁱⁱ Mae Diogelwch Dŵr Cymru, a sefydlwyd yn 2017, yn grŵp cydweithredol o sefydliadau sy'n ymroi i leihau digwyddiadau boddi a hybu diogelwch dŵr ledled Cymru. Ei nod yw darparu ymagwedd unedig at ddiogelwch dŵr trwy addysg, ymgyrchoedd ymwybyddiaeth, ac ymyriadau wedi'u targedu. Mae'r grŵp yn cynnwys aelodau fel yr RNLI, y Gymdeithas Achub Bywydau Brenhinol, Cyfoeth Naturiol Cymru, Nofio Cymru, Glandŵr Cymru, y Gwasanaethau Tân ac Achub ac Asiantaeth y Môr a Gwylwyr y Glannau, gan gydweithio i roi strategaethau a mentrau ar waith sy'n mynd i'r afael â risgiau sy'n gysylltiedig â dŵr a gwella diogelwch y cyhoedd.

ⁱⁱⁱ Mae'r Fforwm Diogelwch Dŵr Cenedlaethol (NWSF) yn rhwydwaith gwirfoddol sy'n canolbwyntio ar y Deyrnas Unedig, ac mae'n cydweithio i leihau marwolaethau sy'n gysylltiedig â dŵr a niwed cysylltiedig.

^{iv} Gweler [y ddolen hon](#) i gael rhagor o wybodaeth am bwy i'w ffonio mewn argyfwng ar y dŵr neu ger y dŵr.