# HYSBYSIAD I'R WASG

## Cymru'n rhyddhau adolygiad newydd, wrth i farwolaethau yn y dŵr gynyddu

- Collodd 55 o bobl eu bywydau mewn marwolaethau cysylltiedig â dŵr yng Nghymru yn 2023.
- Mae 43 y cant o'r boddiadau damweiniol yn cynnwys gweithgaredd bob dydd fel cerdded neu redeg ger dŵr.
- Diogelwch Dŵr Cymru i fod yn bresennol yn y Farchnad yn y Senedd ym Mae Caerdydd

Mae Diogelwch Dŵr Cymru (WSW) wedi rhyddhau Adolygiad Ganol Strategaeth ar Strategaeth Atal Boddi Cymru (2020-2026), gan ddatgelu cynnydd yn y marwolaethau sy'n gysylltiedig â dŵr. Yn ôl y ddogfen, sy'n defnyddio data o'r Gronfa Ddata Digwyddiadau Dŵr (WAID), mae'r data tair blynedd cyfartalog diweddaraf yn dangos 51 o farwolaethau yn gysylltiedig â dŵr yng Nghymru y flwyddyn – sef cynnydd o linell sylfaen y strategaeth o 45.

Er gwaethaf ymdrechion arwyddocaol, mae boddi yn dal yn fater iechyd cyhoeddus cynyddol yng Nghymru, gyda'r marwolaethau yn fwy niferus na'r marwolaethau mewn tanau neu ddigwyddiadau beicio. Mae'r strategaeth, a lansiwyd yn 2020, yn anelu at Gymru sydd heb farwolaethau yn gysylltiedig â dŵr ac yn hybu gwell addysg ynghylch diogelwch dŵr, gwell gwaith casglu data, ymwybyddiaeth gyhoeddus, ac atal hunanladdiad. Serch hynny, mae cynnydd wedi'i rwystro gan heriau fel pandemig COVID-19, a amharodd yn ddifrifol ar wersi nofio ac addysg diogelwch dŵr.

**Dywedodd Chris Cousens, Cadeirydd Diogelwch Dŵr Cymru:** "Mae angen inni ddyblu'n hymdrechion i fynd i'r afael â'r nifer cynyddol o ddigwyddiadau boddi yng Nghymru. Mae'r adolygiad yma yn tynnu sylw at bwysigrwydd ein gwaith parhaus a'r angen hanfodol am well ymwybyddiaeth gyhoeddus ac addysg ynghylch diogelwch dŵr."

**Dywedodd Huw Irranca-Davies, y Dirprwy Brif Weinidog ac Ysgrifennydd y Cabinet dros Newid Hinsawdd a Materion Gwledig:** "Mae hon yn foment bwysig i fyfyrio ar beth arall all gael ei wneud i atal y duedd mewn marwolaethau a digwyddiadau sy'n gysylltiedig â dŵr. Mae Diogelwch Dŵr Cymru a'u partneriaid yn adeiladu'r sylfeini i gyflawni nodau Strategaeth Atal Boddi Cymru. Er mwyn creu amgylchedd dŵr mwy

diogel mae'n rhaid inni gynyddu ymwybyddiaeth a meithrin diwylliant o atal digwyddiadau. Dim ond trwy weithio gyda'n gilydd y gallwn ni wneud hyn."

**Newid yn y tueddiadau a'r risgiau**

Mae'r adroddiad yn tynnu sylw at newidiadau demograffig arwyddocaol o ran boddi'n ddamweiniol:

- **Rhywedd ac Oedran:** Dynion sy'n dal i gyfrif am y mwyafrif o farwolaethau damweiniol, er bod y gyfran wedi gostwng o 89 y cant i 76 y cant. Ymhlith dynion rhwng 20 a 29 oed y gwelir y gyfradd marwolaethau uchaf erbyn hyn.
- **Lleoliad:** Mae'r digwyddiadau wedi'u rhannu bron yn gyfartal rhwng dyfroedd arfordirol (51 y cant) a mewndirol (49 y cant) gan adlewyrchu newid ers y blynyddoedd cynt pan oedd boddi ar yr arfordir yn fwy cyffredin.
- **Gweithgareddau:** Mae hanner yr holl foddiadau damweiniol yn digwydd yn ystod gweithgareddau hamdden, tra bo 43 y cant yn ymwneud â gweithredoedd bob dydd lle nad oedd pobl yn disgwyl mynd i'r dŵr, fel cerdded neu redeg ger dŵr.

**Mwy o gefnogaeth ac ymdrechion cymunedol**

Mae Atal Boddi wedi ennill cefnogaeth wleidyddol, gyda chyllid gan Lywodraeth Cymru i'r Gymdeithas Frenhinol er Atal Damweiniau (RoSPA) i gefnogi ymdrechion WSW i fynd i'r afael â'r mater iechyd cyhoeddus cynyddol yma. Mae'r adolygiad o'r strategaeth yn tynnu sylw at y gwaith pwysig sy'n cael ei wneud gan fforymau diogelwch lleol, fel Fforwm Diogelwch Dŵr Sir Benfro, sydd wrthi'n gweithio i gydlynu gweithgareddau atal boddi ar lefel leol. Mae ymgyrchoedd ymwybyddiaeth gyhoeddus, fel Parchwch y Dŵr, yn canolbwyntio ar addysgu'r cyhoedd ar gamau diogel yn ystod argyfyngau dŵr, gan bwysleisio ffonio 999 yn hytrach na cheisio achub.

**Ynglŷn â Diogelwch Dŵr Cymru**

Mae Diogelwch Dŵr Cymru (WSW) yn gydweithrediad rhwng sefydliadau sy'n credu bod modd atal pob marwolaeth sy'n gysylltiedig â dŵr, beth bynnag fo'r achos neu'r amgylchiadau. Dyhead WSW yw Cymru sydd heb farwolaethau yn gysylltiedig â boddi.

**Y Strategaeth Wreiddiol –** cafodd strategaeth atal boddi gyntaf Cymru ei lansio gan y Prif Weinidog Mark Drakeford ym mis Rhagfyr 2020 ac mae iddi saith nod allweddol:

- Gwella data a gwybodaeth digwyddiadau dŵr yng Nghymru
- Hyrwyddo a datblygu dysgu nofio ac addysg diogelwch dŵr
- Hyrwyddo a chefnogi datblygiad cynlluniau diogelwch dŵr

- Hyrwyddo ymwybyddiaeth gyhoeddus o risgiau sy'n ymwneud â dŵr a sicrhau bod negeseuon cyson yn cyrraedd y bobl gywir ar yr adeg gywir
- Hyrwyddo cyfranogaeth ddiogel mewn gweithgareddau dŵr ar draws Cymru
- Cyfrannu at ostyngiad mewn hunanladdiadau sy'n gysylltiedig â dŵr
- Gweithio â theuluoedd a effeithiwyd gan ddigwyddiadau sy'n ymwneud â dŵr

https://www.nationalwatersafety.org.uk/wales/drowning-prevention-strategy

**WAID** – Mae'r Gronfa Ddata Digwyddiadau Dŵr (WAID) yn wasanaeth a ddatblygwyd gan y Fforwm Diogelwch Dŵr Cenedlaethol i ddod â data am ddigwyddiadau sy'n gysylltiedig â dŵr ynghyd o ystod eang o ffynonellau yn rhanbarth chwilio ac achub y Deyrnas Unedig.

https://www.nationalwatersafety.org.uk/waid/

# 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
- Llefarwyr 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 Cymru[ii] 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.
- 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, tegan 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 foddi yng Nghymru yn peri pryder mawr. Mae pob ystadegyn yn cynrychioli bywyd wedi’i golli 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 respectthewater.com

**DIWEDD**

I gael rhagor o wybodaeth neu i drefnu cyfweliad, 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.