

HYSBYSIAD I'R WASG

DATGANIAD I'R CYFRYNGAU – 30 Mai

Galw am ddiogelwch dŵr wrth i nifer y marwolaethau drwy foddï ymhlith pobl ifanc yng Nghymru gynyddu

Mae pobl o bob oed yng Nghymru yn cael eu hannog i ddysgu cynghorion diogelwch allweddol i helpu pobl ifanc i gadw'n ddiogel o amgylch y môr, afonydd a dŵr agored arall.

Daw'r alwad gan Ddiogelwch Dŵr Cymru wrth i ystadegau ddangos cynnydd mewn marwolaethau drwy foddï'n ddamweiniol ymysg pobl dan 20 oed am yr ail flwyddyn o'r bron.

Mae Diogelwch Dŵr Cymru – cydweithrediad rhwng sefydliadau sy'n ceisio lleihau boddi yng Nghymru – heddiw yn cyhoeddi pedwar cyngor syml ar achub bywydau i helpu pobl ifanc i gadw'n ddiogel wrth ymweld â dŵr agored:

- **Stopiwch a meddyliwch:** Ydy e'n lle diogel i nofio? Oes yna beryglon dan y dŵr? Oes cerrynt cudd neu ddŵr sy'n llifo'n gyflym? Pa mor ddwfn ydy'r dŵr ac allwch chi ddod allan yn hawdd?
- **Arhoswch gyda'ch gilydd:** Ewch gyda rhywun arall bob amser
- **Arnofiwch:** Os byddwch chi'n mynd i drafferth yn y dŵr, arnofiwch i fyw nes eich bod chi'n teimlo'n ddigynnwrf
- **Ffoniwch 999 neu 112:** Os byddwch chi'n gweld rhywun arall mewn trafferth yn y dŵr

Bu farw saith o bobl dan 20 oed mewn marwolaethau damweiniol yn gysylltiedig â dŵr yng Nghymru yn 2023 – y nifer uchaf ers i ddata cymharol ddod ar gael o Gronfa Ddata Digwyddiadau Dŵr y Fforwm Diogelwch Dŵr Cenedlaethol (WAID) yn 2015.

Cafwyd cyfanswm o 28 o farwolaethau damweiniol yn gysylltiedig â dŵr yng Nghymru yn 2023 ar draws lleoliadau mewndirol ac arfordirol, o'i gymharu â 22 y flwyddyn cynt.

Mae'r marwolaethau damweiniol yn rhan o'r 55 o farwolaethau yn gysylltiedig â dŵr yng Nghymru yn 2023, sef cynnydd o saith ar y flwyddyn flaenorol a'r cynnydd cyffredinol cyntaf yng Nghymru mewn pum mlynedd.

Ar draws y Deyrnas Unedig roedd 236 o farwolaethau damweiniol yn gysylltiedig â dŵr y llynedd – cynnydd o 10 ar y flwyddyn flaenorol.

Dywedodd Chris Cousens, Cadeirydd Diogelwch Dŵr Cymru:

"Roedd pawb sy'n gysylltiedig â Diogelwch Dŵr Cymru yn drist iawn o glywed am y digwyddiadau trasig yn ymwneud â phobl ifanc yn colli eu bywydau mewn dŵr agored yng Nghymru y llynedd.

"Rydyn ni'n credu bod un boddi yn un yn ormod a does dim modd gor-ddweud effaith colli person ifanc drwy fodd. Dylai pobl o bob oed ddysgu a chofio'r pedwar cyngor diogelwch allweddol hyn ar gyfer plant a phobl ifanc a dylai oedolion siarad â'u plant amdanyn nhw.

"Bydd mwy o bobl ifanc yn ymweld â'r môr, afonydd, cronfeydd dŵr, llynnoedd a lleoliadau dŵr agored eraill wrth i'r tywydd wella ac wrth i'r ysgolion gau ar gyfer gwyliau'r haf. Mae'r dŵr yn dal yn ddigon oer i greu sioc dŵr oer, sef ymateb naturiol y corff i ddŵr oer a all achosi panig a dyheu am anadl.

"Os byddwch chi'n mynd i drafferth yn y dŵr, gwrthodwch eich greddf naturiol i fynd i banig ac Arnofiwch i Fyw. Pwyswch yn ôl a defnyddiwch eich breichiau a'ch coesau i'ch helpu i arnofio ar eich cefn, yna rheolwch eich anadlu cyn galw am help neu nofio i le diogel. Os byddwch chi'n gweld rhywun arall mewn trafferth yn y dŵr, ffoniwch 999 neu 112. Os ydych chi ar yr arfordir, gofynnwch am wylwyr y glannau; os ydych chi mewn man mewndirol, gofynnwch am y gwasanaeth tân

Gall y môr, afonydd, llynnoedd a dyfroedd agored eraill edrych yn dawel a deniadol, ond gall dŵr agored fod yn wahanol iawn i bwl nofio. Mae'r dŵr fel arfer yn symud ac mae tonnau, cerrynt a llif yn gallu gwneud nofio'n anodd. Mae'n bwysig eich bod yn gwybod dyfnder y dŵr a beth all fod dan yr wyneb.'

Daw'r data newydd yng nghanol y newyddion y bydd y Gymdeithas Frenhinol er Atal Damweiniau, diolch i gyllid gan Lywodraeth Cymru, yn goruchwyllo ysgrifenyddiaeth Diogelwch Dŵr Cymru ac yn rheoli prosiectau penodol y cytunwyd arnynt megis mewn addysg, arwyddion ac ymgysylltu ag awdurdodau lleol.

Dywedodd Huw Irranca-Davies, Ysgrifennydd Llywodraeth Cymru dros Newid Hinsawdd a Materion Gwledig:

"Mae dŵr yn rhan sylfaenol o'n bywydau ni yng Nghymru ond gyda'r harddwch a'r trysor yma daw cyfrifoldeb pendant: i wneud ein gorau glas i sicrhau bod ein dyfroedd yn ddiogel i bawb.

"Mae yna ormod o ddigwyddiadau a marwolaethau yn gysylltiedig â dŵr o hyd. Dyma lle mae'n hymdrechion ni tuag at ddiogelwch dŵr yn dod yn bwysig, a pham mae'r gwaith sy'n cael ei wneud gan Ddiogelwch Dŵr Cymru a, nawr gyda chymorth y bartneriaeth newydd gyda RoSPA, mor hanfodol.

"Mae diogelwch o amgylch dŵr yn hollbwysig. Mae'r cynnydd mewn digwyddiadau boddi ymhlith pobl ifanc yng Nghymru yn ein hatgoffa ni fod gwylidwriaeth ac addysg yn hanfodol.

"Gyda'n gilydd, gallwn achub bywydau a gadewch inni sicrhau bod pob plentyn yn gwybod sut i gadw'n ddiogel wrth ddŵr agored yr haf yma."

Dywedodd Carlene McAvoy, Uwch Reolwr Polisi RoSPA:

"Rydyn ni'n drist iawn gyda'r ffigurau sy'n dangos bod marwolaethau damweiniol yn gysylltiedig â dŵr yn 2023 wedi codi yng Nghymru ers 2022. Mae'r data hefyd yn dangos bod mwy na hanner y marwolaethau damweiniol yn gysylltiedig â gweithgareddau bob dydd, sydd hefyd yn peri pryder ac yn achos dros weithredu.

"Er mwyn mynd i'r afael â hyn, rydyn ni'n edrych ymlaen at weithio gydag aelodau Diogelwch Dŵr Cymru i ddatblygu rhagor o fentrau a phrosiectau i helpu i godi ymwybyddiaeth o beryglon dŵr."

Mae'r canfyddiadau allweddol o ystadegau 2023 yn cynnwys:

- **Gwrywod oedd 76 y cant o'r marwolaethau damweiniol**, a gwrywod 10-19 oedd y grŵp oedran â'r risg uchaf.
- **Digwyddodd 59 y cant o'r marwolaethau damweiniol yn fewndirol**, gan danlinellu'r peryglon sy'n bresennol mewn afonydd, llynnoedd, a dyfroedd mewndirol eraill.
- **Gweithgareddau bob dydd oedd yn gyfrifol am 52 y cant** o'r marwolaethau hyn, gan bwysleisio'r angen am ymwybyddiaeth uwch yn ystod gweithgareddau arferol ger dŵr.
- **Nododd dau adroddiad ar farwolaeth ddamweiniol fod alcohol yn bresennol**, gan dynnu sylw at ffactor risg ychwanegol yn sgil defnyddio sylweddau yn ymyl dŵr.
- Cyfradd y marwolaethau damweiniol yn gysylltiedig â dŵr oedd **0.89 am bob 100,000** o boblogaeth, sef cynnydd ar y gwaelodlin cyfartalog o 0.76 a osodwyd gan Strategaeth Atal Boddi Cymru 2024-2026 (WDPS).

Mae Diogelwch Dŵr Cymru yn cefnogi #ParchwchYDŵr gan y Fforwm Diogelwch Dŵr Cenedlaethol, sef ymgyrch ar y cyd sy'n anelu at roi cyngor achub bywyd syml a all helpu'r cyhoedd i gymryd cyfrifoldeb personol dros eu diogelwch nhw eu hunain a'u teulu trwy gofio dau awgrym achub bywyd. Bydd y Fforwm hefyd yn hybu ymgyrch yn nes ymlaen yn yr haf ar gyfer Diwrnod Atal Boddi y Byd ar 25 Gorffennaf.

Ychwanegodd Chris Cousens: "Byddwn ni'n lleihau boddi os bydd pawb yn chwarae eu rhan a nod Strategaeth Atal Boddi Cymru 2020-2026 yw galluogi pobl sy'n byw yng Nghymru ac yn ymweld â Chymru i fod yn fwy diogel mewn dŵr, ar ddŵr ac o gwmpas dŵr a hynny trwy leihau marwolaethau a digwyddiadau sy'n gysylltiedig â dŵr."

I weld a lawrlwytho adroddiad WAID 2023 ewch [yma](#).

I gael rhagor o wybodaeth am ymgyrch #ParchwchYDŵr ewch i <https://respectthewater.com/>

DIWEDD

Troednodiadau:

(1) Mae ystadegau WAID eleni yn cynnwys ffigur ar gyfer marwolaethau drwy hunanladdiad a amheuir neu a gadarnhawyd. 11 oedd y ffigur ar gyfer Cymru. Mae Diogelwch Dŵr Cymru wedi ymrwymo i ddeall hunanladdiad yn seiliedig ar ddŵr yn well drwy Strategaeth Atal Boddi Cymru ac mae wrthi'n gweithio mewn partneriaeth ag arbenigwyr gan gynnwys timau iechyd cyhoeddus a sefydliadau atal hunanladdiad. Yn unol â [Chanllawiau'r Samariad i'r Cyfryngau ar Ohebu ar Hunanladdiad](#), dydyn ni ddim yn tynnu sylw at ddata ynglŷn â'r mathau hyn o ddigwyddiadau, a dydyn ni ddim chwaith yn nodi nac yn cynnig sylwadau ar leoliadau penodol neu ddulliau hunanladdiad. I gael rhagor o wybodaeth, cysylltwch â mediaadvice@samaritans.org neu ffoniwch 07483 028725. Caiff unrhyw un gysylltu â'r Samariaid am ddim, unrhyw bryd o unrhyw ffôn, ar 116 123, drwy ebostio jo@samaritans.org neu drwy ymweld â www.samaritans.org i gael rhagor o wybodaeth.

Nodiadau i olygyddion

Mae cyfweiliadau Saesneg gyda Chris Cousens ar gael. Cysylltwch â: Jessica Barker: jbarker@rospa.com, 07719 059 414, neu Joe Tinkler: jtinkler@rospa.com, 07785 540 349. Mae cyfweiliadau Cymraeg hefyd drwy wneud cais.

Lawrlwythwch Strategaeth Atal Boddi Cymru 2020-2026 ac i gael rhagor o wybodaeth am Diogelwch Dŵr Cymru, ewch i: <http://nationalwatersafety.org.uk/wales/>

Tudalen 4 o 4

Mae Diogelwch Dŵr Cymru yn gydweithrediad rhwng unigolion, cymunedau, elusennau a sefydliadau yn y sectorau cyhoeddus a phreifat sydd â diddordeb mewn diogelwch dŵr ac atal boddi. Ei nod yw lleihau marwolaethau a digwyddiadau sy'n gysylltiedig â dŵr yng Nghymru drwy hyrwyddo pwysigrwydd dull cyson ac effeithiol o ymdrin â diogelwch dŵr.

Mae Diogelwch Dŵr Cymru yn cynnwys cynrychiolwyr o AdventureSmart UK, Asiantaeth y Môr a Gwylwyr y Glannau, Atlantic Crest, Cadwch Gymru'n Daclus, Canŵio Cymru, Cyngor Abertawe, Cymdeithas Achub Bywyd Beistonna Cymru, Cymdeithas Cynhyrchion Mwynol, Cymdeithas Frenhinol Achub Bywydau y Deyrnas Unedig, Cymdeithas Nofio Pobl Ddu, Dŵr Cymru, Dŵr Hafren Trent, Fforwm Diogelwch Dŵr Cenedlaethol, Fforwm Lleol Gwydnwch Gogledd Cymru, Grŵp Cyngori Cenedlaethol i Lywodraeth Cymru ar Atal Hunanladdiad a Hunan-Niwed, Cyfoeth Naturiol Cymru, Grŵp Rheolwyr Traethau Cymru Gyfan, Gwasanaeth Tân ac Achub Canolbarth a Gorllewin Cymru, Gwasanaeth Tân ac Achub De Cymru, Gwasanaeth Tân ac Achub Gogledd Cymru, Heddlu De Cymru, Heddlu Dyfed Powys, Heddlu Gwent, Nofio Cymru, Nofwyr Oer y Bluetits, Samariaid, Sefydliad y Bad Achub Brenhinol Cenedlaethol, Water Safety Scotland, Y Gymdeithas Frenhinol er Atal Damweiniau, Ymddiriedolaeth Camlesi ac Afonydd.

Mae adroddiad ar dueddiadau mewn marwolaethau sy'n gysylltiedig â dŵr yng Nghymru ar gael yma: <https://www.nationalwatersafety.org.uk/waid/annual-reports-and-data>

Mae adroddiad Waid ar ddamweiniau angheuol sy'n gysylltiedig â dŵr yn casglu data o amryw o ffynonellau, gan gynnwys adroddiadau crwneriaid i benderfynu ar y 'canlyniad' cyfreithiol a meddygol. Ar hyn o bryd mae gan adroddiad 2022 nifer uwch o adroddiadau 'heb eu cofnodi' na'r arfer a allai beri i ffigur 226 gael ei ddiwygio i fyny pan fydd rhagor o wybodaeth ar gael.

Gweler [y ddolen hon](#) i gael rhagor o wybodaeth ynghylch pwy i'w ffonio mewn argyfwng ar ddŵr neu'n agos ato.

Mae'r cyngor 'Arnofiwch i Fyw' yn neges allweddol yn yr ymgyrch atal boddi genedlaethol, #ParchwchYDŵr'. Mae'n annog pobl i ddilyn y cyngor achub bywyd hwn os ydyn nhw'n cael eu hunain mewn trafferth mewn dŵr oer: Gwrthodwch eich greddf i nofio'n galed neu chwifio'ch breichiau a'ch coesau'n wyllt – gall hyn arwain at anadlu dŵr a boddi. Yn lle hynny, ymlaciwch ac arnofiwch ar eich cefn, nes eich bod wedi adennill rheolaeth dros eich anadlu.

Mae Penderfyniad y Cenhedloedd Unedig (Ebrill 2021) yn nodi camau brys ar atal boddi ar gyfer pob gwlad a holl asiantaethau'r Cenhedloedd Unedig ac yn creu Diwrnod Atal Boddi y Byd ar 25 Gorffennaf. [A/75/L.76 - E - A/75/L.76 -Desktop \(undocs.org\)](#)