

Helpu gwesteion ac ymwelwyr i fod yn fwy diogel yn yr awyr agored – Holwch yr arbenigwyr

1 Gorffennaf 2021

1.	<p>Beth yw'r gwahaniaeth rhwng siacedi bywyd a chymhorthion hynofedd ar gyfer chwaraeon dŵr?</p> <p>Mae cymhorthion hynofedd wedi'u cynllunio i'w defnyddio gan y rhai sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon dŵr lle mae trochi'n debygol e.e. defnyddio badau dŵr personol (ceufad, canŵ, padlfwrdd sefyll), wrth hwylio dingi a bordhwylio. Bydd cymhorthion hynofedd sydd wedi'u ffitio'n gywir yn helpu i alluogi unigolion i arnofio yn y dŵr a byddant yn darparu rhywfaint o ddiogelwch a chynhesrwydd.</p> <p>Mae siacedi bywyd wedi'u cynllunio i'w defnyddio mewn sefyllfaoedd lle mae trochi yn y dŵr yn llai tebygol ond yn dal yn bosibl e.e. pan fyddant ar gwch pŵer bach neu RIB, pan fyddant mewn cwch bach a dynnir gan gwch hwylio ac ar gwych hwylio neu gwch modur. Mae rhai yn cael eu hagog â llaw tra bod eraill yn awtomatig naill ai drwy dynnu cord neu wrth gyffwrdd y dŵr. Gall siaced achub sydd wedi'i ffitio'n gywir droi person anymwybodol ar ei gefn, yn amodol ar lefel yr hynofedd.</p> <p>Mae siacedi achub a chymhorthion hynofedd ar gael mewn ystod lawn o feintiau, gan gynnwys rhai ar gyfer babanod a phlant</p> <p>I gael rhagor o wybodaeth, ewch i (Saesneg yn unig):</p> <p>https://www.rya.org.uk/e-news/cruising-news/lifejackets-when-should-i-wear-one</p> <p>https://rnli.org/safety/lifejackets</p>
2.	<p>Mae'n ymddangos bod cynnydd yn nifer y bobl sy'n gwisgo gwregysau achub yn hytrach na siacedi achub / siacedi hynofedd - ydyn nhw'n ddigonol ar gyfer y môr?</p> <p>Rwy'n cymryd eich bod yn golygu Dyfais Arnofio Personol (PFD) sy'n cael ei gario mewn gwregys o amgylch y canol. Mewn argyfwng, mae'n cael ei lenwi drwy dynnu cord ac yna mae angen ei dynnu dros y pen i'ch galluogi i arnofio. Byddai 'arfer da' yn awgrymu naill ai fod cymorth hynofedd safonol neu siaced achub fel y soniwyd uchod yn cael ei ddefnyddio tra bo pobl yn nofio ar yr arfordir.</p>
3.	<p>Pa feysydd sydd wedi tyfu gyflymaf mewn gweithgareddau awyr agored yn ystod y 2 flynedd ddiwethaf?</p>

	<p>Y meysydd sydd wedi tyfu gyflymaf mewn gweithgareddau awyr agored yn ystod y ddwy flynedd ddiwethaf yw: Nofio Dŵr Agored, Padlfyrddio tra'n sefyll (SUP) a Beicio Mynydd. Mae ymgyrch Adventure Smart yn gweithio ar y 3 hyn yn 2021, gyda'r bwriad o greu negeseuon penodol ar gyfer gweithgareddau penodol ynghyd â ffilmiau byrion priodol, mewn partneriaeth â'r Cyrff Llywodraethu Cenedlaethol.</p>
4.	<p>A yw nifer y bobl sy'n cael eu hachub ar fynyddoedd wedi cynyddu yn yr un modd ag y mae nifer y bobl sy'n cael eu hachub ar yr arfordir wedi cynyddu?</p> <p>Ydy</p>
5.	<p>A yw'r ddau sefydliad (RNLI ac Adventure Smart UK) yn gweithio'n agos gydag ysgolion/ colegau gan y gallent fod yn fwy parod i wrando ar y cyngor os nad yw eu rhieni/brodyr a chwiorydd hŷn efallai yn gwrando?</p> <p>Ymgyrch yw AdventureSmart UK ac nid sefydliad. Mae'r ymgyrch yn dibynnu ar ei 70 a mwy o bartneriaid i ymgysylltu â phawb, gan gynnwys pobl ifanc. Mae gan rai o'n partneriaid gysylltiadau uniongyrchol ag ysgolion a cholegau ledled y DU.</p> <p>Mae gwirfoddolwyr a staff yr RNLI (mewn blwyddyn arferol heb COVID) yn darparu cyngor wyneb yn wyneb ynghylch diogelwch ar y dŵr i fwy na 500,000 o bobl ifanc dan 18 oed drwy gyflwyniadau a gweithgareddau mewn ysgolion a lleoliadau addysg ac ieuencid eraill. Rydym hefyd yn darparu amrywiaeth o adnoddau addysg i athrawon ac addysgwyr eraill ynghylch diogelwch ar y dŵr i'w defnyddio gyda'r bobl ifanc.</p>
6.	<p>A fu cynnydd yn nifer y rhai sy'n cael eu hachub mewn dyfroedd mewnol - sut y gallwn ni i gyd gyfleu'r neges i blant hŷn yr ysgol am y peryglon sydd ynghlwm wrth neidio i mewn i ddŵr (o bontydd ac ati)?</p> <p>Ar hyn o bryd mae rheolwyr prosiect Adventure Smart yn gweithio ar brosiect <i>Cliff Jumping</i> gyda rhanddeiliaid allweddol o grŵp cenedlaethol, Diogelwch Dŵr Cymru. Er bod canfyddiad bod disgyblion hŷn ysgolion yn neidio i mewn i ddŵr, mae ystadegau'n awgrymu bod hyn hefyd yn digwydd ymysg unigolion hyd at 30 oed gyda mwy o fenywod yn cymryd rhan yn ystod y 12 mis diwethaf. Nod y prosiect hwn yw nodi cyfres o ymyriadau y gall sefydliadau eu mabwysiadu fel y bo'n briodol. Mae nifer o negeseuon allweddol wedi'u nodi i'w defnyddio ar gyfer 2021, er na fydd canfyddiadau'r prosiect ar gael tan fis Medi/Hydref 2021, gyda'r bwriad o geisio sicrhau rhagor o gyllid i ddatblygu'r gyfres o ymyriadau i'w defnyddio yng Ngwanwyn 2022.</p>
7.	<p>Efallai fod potensial ar gyfer mwy o ymwybyddiaeth o ddiogelwch ger cronfeydd dŵr, gan fod llawer o bobl yn meddwl eu bod yn lleoedd da i nofio ynddynt heb sylweddoli na ddylent wneud hynny.</p>

	<p>Cymerodd Dŵr Cymru gamau sawl blwyddyn yn ôl i dynnu sylw at y ffaith na chaniateir nofio yn unrhyw un o'u cronfeydd dŵr. Ym mis Mehefin 2020, gweithiodd rheolwyr prosiect Adventur-eSmart UK gyda nifer o sefydliadau sy'n gysylltiedig â dŵr (RNLI, RLSS, Nofio Cymru, Swim England, British Triathlon) i greu cyfres o negeseuon sy'n ymwneud yn benodol â nofio dŵr agored (<u>am-gaeir y daflen</u> (Saesneg yn unig)). Ym mis Mehefin 2021, datblygodd Nofio Cymru S.A.F.E. Cymru sy'n cynnwys achrediad ar gyfer safleoedd 'a orchwylir' a safleoedd a reolir gyda chyfleusterau ar gyfer nofio dŵr agored. Mae llawer o safleoedd wedi cyflwyno cais i gael eu hachredu, gan gynnwys rhai safleoedd Dŵr Cymru. Y nod felly fyddai cyfeirio nofwyr dŵr agored i'r safleoedd hyn. Unwaith y byddant wedi'u hachredu, gellir rhestru'r gwefannau hyn hefyd ar wefan Croeso Cymru fel safleoedd diogel ar gyfer nofio dŵr agored.</p>
<p>8.</p>	<p>A ydym yn cysylltu'n well â'n gorsaf RNLI leol i helpu i ledaenu negeseuon diogelwch dŵr neu'r RNLI yn ganolog?</p> <p>Mae'r ddau opsiwn yn iawn. Gall eich gorsaf bad achub neu dîm achub bywyd agosaf eich cynghori fel y bo'n briodol, neu byddai croeso i chi gysylltu â thîm Rhanbarthol Diogelwch ar y Dŵr Cymru'r RNLI yn uniongyrchol ar Watersafety_west@rnli.org.uk</p>
<p>9.</p>	<p>Ble gall busnesau / aelodau o'r cyhoedd gael pyrsiau ffôn yr RNLI am ddim?</p> <p>Rhoddir pyrsiau yr RNLI sy'n gwrthsefyll dŵr ar gyfer ffonau symudol i aelodau o'r cyhoedd ynghyd â chyingor diogelwch perthnasol mewn digwyddiadau, si-oeau a chyflwyniadau a fynychir gan wirfoddolwyr Diogelwch Dŵr yr RNLI. Mae rhai partneriaid yr RNLI hefyd yn eu dosbarthu i aelodau o'r cyhoedd gyda negeseuon perthnasol am ddiogelwch.</p> <p>Ni all aelodau o'r cyhoedd archebu'r pyrsiau ar gyfer ffonau symudol yn uniongyrchol gan yr RNLI. Os oes angen pwrs ffôn symudol arnoch, gallwch eu prynu o wahanol siopau a gwefannau.</p> <p>Mae pyrsiau sy'n gwrthsefyll dŵr ar gyfer ffonau symudol yn ffordd wych o gario dull o alw am help tra'ch bod yn caiacio, padlfyrddio wrth sefyll i fyny neu gymryd rhan mewn gweithgareddau eraill ar y dŵr neu'n agos at y dŵr. Maen nhw'n caniatáu i chi ffonio 999 neu 112 a gofyn am Wylwyr y Glannau os bydd argyfwng.</p>

Helping Guests and Visitors to Stay Safer in the Outdoors – Ask the Experts

1 July 2021

<p>1.</p>	<p>What's the difference between life jackets and buoyancy aids for water sports?</p> <p>Buoyancy aids are designed for use by those who partake in watersports where immersion is likely e.g. using personal watercraft (kayak, canoe, stand up paddle board), when sailing a dinghy and windsurfing. Correctly fitted, a buoyancy aid will assist in keeping an individual afloat whilst in the water as well as provide a degree of protection and warmth.</p> <p>Life-jackets are designed for use in situations where immersion in the water is less likely but still possible e.g. when on a small powerboat or RIB, when in a yacht tender and on a sailing yacht or motor cruiser. Some are manually inflated whilst others are automatic either by pulling a cord or on impact with the water. Correctly fitted and subject to the amount of buoyancy, a life-jacket has the capacity to turn an unconscious person onto their back.</p> <p>Life-jackets and buoyancy aids are available in a full range of sizes, including for infants and children</p> <p>For more information, go to: https://www.rya.org.uk/e-news/cruising-news/lifejackets-when-should-i-wear-one https://rnli.org/safety/lifejackets</p>
<p>2.</p>	<p>There seems to be a rise in people wearing life belts as opposed to life jackets / buoyancy jackets - are they sufficient for sea?</p> <p>I assume by life belt, you mean a Personal Floatation Device (PFD) which is carried in a waist belt. In an emergency, it is inflated by pulling a cord and it then needs to be pulled over the head to keep you afloat. 'Good practice' would suggest that either a standard buoyancy aid or life-jacket as mentioned above be used in coastal situations.</p>
<p>3.</p>	<p>What are the fastest growth areas in outdoor activities in the last 2 years?</p> <p>The fastest growth areas in outdoor activities in the last two years are: Open Water Swimming, Stand Up Paddle boarding (SUP) and Mountain Biking. It's these three activities that the Adventure Smart campaign are working on in 2021, with a view to producing activity specific messaging together alongside respective short films, in partnership with the National Governing Bodies (NGBs).</p>

4.	<p>Have mountain rescues increased in the same way that coastal rescues have?</p> <p>Yes</p>
5.	<p>Do both organisations (RNLI & Adventure Smart UK) work closely with schools/colleges as they may be more receptive to listening to the advice if perhaps their parents/older siblings don't?</p> <p>Adventure Smart UK is a campaign and not an organisation. The campaign is reliant on its 70+ partners to engage with all, including young people. Some of our partners have direct links into schools and colleges throughout the UK. RNLI volunteers and staff (in a normal COVID-free year) deliver face to face water safety advice to more than 500,000 under-18s in presentations and activities in schools and other education and youth settings. We also provide a range of water safety education resources to teachers and other educators for use with the youth audience.</p>
6.	<p>Has there been an increase of rescues in inner waters - how can we all get the message out to older school children about risk of jumping into water (from bridges etc)?</p> <p>Adventure Smart project managers are currently working on a Cliff Jumping project with key stakeholders from a national group, Water Safety Wales. Whilst there is a perception that jumping into water is done by older school children, statistics suggest that this extends to individuals up to the age of 30 with more females being involved in the last 12 months. The aim of this project is to identify a suite of interventions that can be adopted by organisations where they see fit. A number of key messages have been identified for use for 2021, although the findings of the project will not be available until September/October 2021, with a view to accessing further funding to develop the suite of interventions for use in Spring 2022.</p>
7.	<p>There is maybe potential for greater awareness for safety around reservoirs, with many people thinking they're a good place to swim and not realising that they shouldn't.</p> <p>Welsh Water took a stance a number of years ago to highlight that no swimming is to take place in any of their reservoirs. In June 2020, the Adventure Smart UK project managers worked with a number of water related organisations (RNLI, RLSS, Swim Wales, Swim England, British Triathlon) to establish a suite of messages specifically related to open water swimming (leaflet attached). In June 2021, Swim Wales developed S.A.F.E. Cymru which includes an accreditation for 'manned' and managed sites with facilities for open water swimming. Many sites have made an application to become accredited, including some Welsh Water sites. The aim would therefore be to signpost open water swimmers to these sites. Once accredited, these sites can also be listed on the Visit Wales website as safe sites for open water swimming.</p>

8.	<p>Are we better approaching our local RNLI station to help spread water safety messages or RNLI centrally?</p> <p>Both options are fine. Your nearest lifeboat station or lifeguard team can point you in the right direction, or feel free to contact the RNLI's Wales regional Water Safety team directly on Watersafety_west@rnli.org.uk</p>
9.	<p>Where can businesses / members of the public get free RNLI phone pouches?</p> <p>RNLI waterproof mobile phone pouches are given out to members of the public along with relevant safety advice at events, shows and presentations attended by RNLI Water Safety volunteers. Some RNLI partners also distribute them to members of the public with relevant safety messaging.</p> <p>Members of the public cannot order the mobile phone pouches directly from RNLI. If you need a mobile phone pouch they can be purchased from a range of shops and websites.</p> <p>Waterproof mobile phone pouches are a great way of carrying a means of calling for help on your person when kayaking, stand up paddle boarding or taking part in other activities on or near the water. They allow you to call 999 or 112 and ask for Coastguard in case of an emergency.</p>