Maritime & Coastguard Agency

Lifeboats

RYA

LLEIHAU'R RISG TRWY HYBU'CH SGILIAU

Rhestrau Gwirio Cychod

CYFLWYNIAD

Fel cychwr, byddwch yn gwybod pa mor gyflym y gall pethau fynd o chwith ar y môr. Dyna pam mae **paratoi** mor bwysig.

Mae bod yn hunanfodlon ac yn anghofus yn beryglus iawn. Felly, cadwch y **rhestrau gwirio hanfodol** hyn wrth law a dilynwch ein **cyngor arbenigol** i gynyddu'ch siawns o daith ddidrafferth.

RHESTR WIRIO CYN Y TYMOR:

- [ ] Hybwch eich sgiliau a chwblhewch unrhyw hyfforddiant y gallai fod arnoch ei angen. Mae cyrsiau ar gael yn **RYA.org.uk** a **sailing.ie**.
- [ ] Archwiliwch eich cwch a'ch offer a rhowch wasanaeth iddynt (er enghraifft: y gragen, yr injan, y rigin a'r offer llywio).
- [ ] Archwiliwch eich offer diogelwch a rhowch wasanaeth iddynt (er enghraifft: siacedi achub, rafftiau achub a ffaglau).
- [ ] Gwiriwch eich injan a rhowch wasanaeth iddi (gan gynnwys tanwydd a hidlyddion).

FY NODIADAU

CYN I CHI FYND AR Y DŴR:

- ☐ Gwiriwch ragolygon y tywydd ac amserau'r llanw.
- ☐ Cynlluniwch eich taith, a dywedwch wrth rywun ar y lan ble rydych yn mynd ac am ba hyd.
- ☐ Gwiriwch eich siacedi achub a gwnewch yn siŵr eu bod yn ffitio'n iawn.
- ☐ Gwiriwch offer ar y bwrdd ac offer diogelwch.
- ☐ Gwiriwch eich injan, lefelau hylif a gwaelod y cwch.
- ☐ Gwiriwch fod y cortyn diffodd yn gweithio os oes un wedi'i osod.
- ☐ Gwiriwch eich injan am ddŵr oeri trwy'r egsôst neu'r ffrwd ddŵr.
- ☐ Gadewch i'r injan gynhesu.
- ☐ Gwiriwch y gêr ymlaen ac yn ôl.
- ☐ Gwnewch yn siŵr fod eich criw yn gwisgo dillad sy'n briodol i'r amodau a'r rhagolygon.
- ☐ Briffiwch eich criw a soniwch am ystyriaethau diogelwch (gweler y **cerdyn briffio'r criw**).

FY NODIADAU

CERDYN BRIFFIO CRIW

- ☐ Trafodwch y llwybr a'r tywydd a ddisgwylir.
- ☐ Gwiriwch a oes gan eich criw unrhyw gyflyrau meddygol neu bryderon lles.
- ☐ Gwnewch yn siŵr fod eich criw yn gwisgo dillad sy'n briodol i'r amodau a'r rhagolygon.
- ☐ Gwiriwch fod siacedi achub yn ffitio'n iawn.
- ☐ Dangoswch ble mae'r offer argyfwng (fel y rafft achub, ffaglau a diffoddyddion tân).
- ☐ Trafodwch beth i'w wneud os bydd rhywun yn mynd i mewn i'r dŵr a sut i alw am help.
- ☐ Enwebwch ddirprwy a gwnewch yn siŵr ei fod yn gwybod sut i alw am help a gweithio'r injan.

FY NODIADAU

TRA BYDDWCH YN TEITHIO:

- [ ] Gwisgwch eich siaced achub.
- [ ] Byddwch yn wyliadwrus bob amser.
- [ ] Gwnewch yn siŵr fod eich cyflymder yn briodol i'r tywydd a'r amgylchedd.
- [ ] Gwiriwch y medryddion a lefelau tanwydd yn rheolaidd.
- [ ] Cofiwch fonitro sianel 16 VHF a sianeli lleol/sianel yr harbwrfeistr.
- [ ] Cadwch mewn cysylltiad â'ch criw yn rheolaidd.
- [ ] Gwiriwch am linellau dros yr ochr.
- [ ] Teithiwch ar gyflymder diogel bob amser.
- [ ] Cadwch lygad ar y tywydd a rhowch sylw i'r rhagolygon a gwelededd.
- [ ] Cadwch fodd o alw am help, fel VHF llaw neu ffôn symudol, mewn cwdyn gwrth-ddŵr.

FY NODIADAU

BETH I'W WNEUD MEWN ARGYFWNG

OS BYDD RHYWUN YN MYND I MEWN I'R DŴR:

- ☐ Taflwch gymorth arnofio tuag atynt.
- ☐ Pwyntiwch at y sawl sydd yn y dŵr a chadwch lygad atynt yn barhaus.
- ☐ Marciwch y safle gan ddefnyddio'r botwm MOB ar y plotiwr siartiau.
- ☐ Anfonwch neges gyfyngder gan ddefnyddio'r rhybudd cyfyngder DSC a neges llais.
- ☐ Tynnwch yr unigolyn allan o'r dŵr.

OS NAD YW'R CAPTEN YN GALLU GWEITHREDU:

- ☐ Bydd y dirprwy a enwebwyd yn cymryd y llyw.
- ☐ Galwch am help.

FY NODIADAU

SUT I WNEUD GALWAD ARGYFWNG AR RADIO VHF

- ☐ Os yw'ch radio yn un Galw Detholus Digidol (DSC), pwyswch a daliwch y botwm/botymau Rhybudd Cyfyngder nes i'r trosglwyddiad anfon.
- ☐ Gosodwch y Radio VHF i Sianel 16, Pŵer Uchel.
- ☐ Pwyswch a daliwch y botwm Pwyso i Siarad (PTT) a dywedwch:

MAYDAY, MAYDAY, MAYDAY
DYMA ...
[Eich enw chi 3 gwaith, Arwydd Galw, MMSI]

MAYDAY,
[Eich enw chi, Arwydd Galw, MMSI]

FY SAFLE YW...
[Disgrifiwch eich safle a rhowch y lleoliad GPS, os oes modd]

RYDYN NI...
[Natur y cyfyngder e.e. suddo, tân ac ati]

ANGEN CYMORTH AR UNWAITH MAE ____ O BOBL AR Y CWCH

[Rhowch wybodaeth neu fwriadau]

DROSODD

- ☐ Rhyddhewch y botwm PTT ac arhoswch am ymateb.

I gael mwy o awgrymiadau a chyngor, sganiwich yma neu ewch i: **RNLI.org/StayPrepared**

Maritime & Coastguard Agency

Lifeboats

RYA

Lluniau: RNLI, Andrew Parish

Sefydliad Cenedlaethol Brenhinol y Badau Achub (RNLI), elusen a gofrestrwyd yng Nghymru a Lloegr (209603), yr Alban (SC037736), Gweriniaeth Iwerddon (CHY 2678 a 20003326), Beilïaeth Jersey (14), Ynys Manaw (1308 a 006329F), Beilïaeth Guernsey ac Alderney, o West Quay Road, Poole, Dorset, BH15 1HZ

JN251232604