



Iechyd Cyhoeddus Cymru - Public Health Wales
Ymgyrch cyfathrebu diogelwch gwyliau - Holiday safety communications
campaign

Negeseuon cadw'n ddiogel dros y gwyliau / Holiday safety messages	
Cymraeg / Welsh	English / Saesneg
<p>Oes gennych chi larwm carbon monocsid? Cofiwch ei bacio a'i ddefnyddio ar eich gwyliau'r haf yma #GwyliauDiogel #CarbonMonocsid</p>	<p>Do you have a carbon monoxide alarm? Remember to pack it and use it on your holiday this summer #HolidaySafe #CarbonMonoxide</p>
<p>Hyd yn oed pan fyddwch ar wyliau neu oddi cartref, cofiwch am arwyddion a symptomau gwenwyn carbon monocsid. #GwyliauDiogel</p>  <p>#CarbonMonocsid</p>	<p>Even when you're on holiday or away from home, remember the signs and symptoms of carbon monoxide poisoning. #HolidaySafe</p>  <p>#CarbonMonoxide</p>
<p>Mae hi bob tro'n well mynd i draethau sydd ag achubwyr bywyd ar ddyletswydd, ond dydyn nhw ddim yn gallu bod ym mhob man felly cofiwch #ParchurDŵr #DiogelwchArfordir #GwyliauDiogel #DiogelwchTraeth</p>	<p>It's always best to go to beaches that have lifeguards on duty but they can't be everywhere so remember to #RespectTheWater #BeCoastSafe #HolidaySafe #BeBeachSafe</p>
<p>Mae tywydd cynhesach ar ei ffodd ond mae'r môr yn dal yn oer iawn – mae'r tymheredd yn ddigon isel i achosi sioc dŵr oer. Cofiwch #ArnofiolFyw a chael #GwyliauDiogel yr haf yma</p>	<p>Warmer weather is coming but the sea is still very cold – temperatures are low enough to cause cold-water shock. Remember to #FloatToLive and stay #HolidaySafe this summer</p>

<p>Os ydych chi'n defnyddio twba twym yr haf hwn, cofiwch y canlynol:</p> <ul style="list-style-type: none">• Dylai oedolyn cyfrifol <u>oruchwyllo rhai bach bob amser</u>• Dylech osgoi chwarae tanddwr gan y gall jetiau a draeniau fod yn beryglus• Defnyddiwch orchudd y gellir ei gloi bob amser pan nad yw'n cael ei ddefnyddio• Storiwch gemegau'n ddiogel <p>#GwyliauDiogel</p>	<p>If you are using a hot tub this summer, remember the following:</p> <ul style="list-style-type: none">• A responsible adult should supervise little ones at all times• Avoid underwater play as jets and drains can be dangerous• Always use a lockable cover when not in use• Keep chemicals stored away <p>#HolidaySafe</p>
--	---