Diogelwch wrth gynnal arolwg

1. Ewch â phartner gyda chi bob tro pan fyddwch yn cynnal arolwg. Mae'r arolygon wedi eu cynllunio i gael eu cynnal gan ddau berson, ac mae'n llawer mwy diogel mynd gyda rhywun arall.

2. Holwch am amseroedd y llanw ar eich traeth ar y diwrnod y byddwch yn cynnal yr arolwg, a chadwch olwg ar y llanw o hyd tra byddwch yn cynnal eich arolwg.

3. Gwnewch yn siwr ei bod yn hawdd mynd at y traeth a'i bod yn ddiogel cerdded arno a gweithio arno h.y. nid oes ffrydiau dŵr, llaid na sugndraeth. Gwnewch yn siwr nad yw'r llanw sy'n dod i mewn yn eich torri i ffwrdd o'r lan.

4. Os yw'r traeth yn llydan iawn a'r môr dros 100m i lawr y traeth, yna llenwch yr arolwg yn uwch i fyny'r traeth a gwnewch yn siŵr eich bod yn gallu gweld y draethlin bob amser.

5. Peidiwch â chynnal eich arolwg yn y tywyllwch.

6. Edrychwch ar y rhagolygon tywydd lleol cyn mynd allan. Peidiwch â chynnal arolwg pan fydd y tywydd yn wael, a gwisgwch ddillad addas (e.e. esgidiau cerdded neu esgidiau glaw, dillad cynnes, côt law).