



Diogelwch tân a Covid-19

Eich Rhestr o Bethau i'w Gwneud wrth Weithio Gartref yn ystod y Cyfyngiadau Symud

Mae cyngor lechyd y Cyhoedd i aros gartref yn ystod pandemig y coronafeirws yn golygu y bydd y rhan fwyaf ohonom yn treulio mwy o amser gartref yn ystod y misoedd nesaf.

Os ydych am sicrhau bod eich cartref mor ddiogel rhag risgiau â phosibl, ewch drwy'r pwyntiau isod wrth edrych o amgylch eich cartref.

1. Ysmygu ac ysmygu anwedd

Oes ysmygwyr yn byw yn eich cartref? Neu os oes ymwelwyr hanfodol yn dod i'ch cartref, fel gofalconwyr – a ydynt yn ysmygu? Pan fo pobl yn cael eu cyfyngu i'w cartrefi, mae'n bosibl y byddant yn ysmygu'n amlach.

Os oes angen help neu gyngor arnoch i roi'r gorau i ysmygu, cysylltwch â Llinell Gymorth Genedlaethol Ddi-fwg ar 0800 022 4332

Pethau i'w gwirio a'u gwneud:

- Chwiliwch am bethau nad ydych wedi sylwi arnynt a allai fod wedi arwain at sefyllfa ddifrifol - olion llosgi ar loriau, dillad neu ddillad gwely;
- Gofalconwch fod unrhyw fatsis neu danwyr yn cael eu cadw y tu hwnt i gyrraedd plant;
- Gwnewch yn siŵr y caiff unrhyw e-hylifau eu cadw y tu hwnt i gyrraedd plant ac anifeiliaid anwes;
- Ysmygwch yn yr ardd os oes un gennyng;
- Gwagiwch y blychau llwch yn ofalus a pheidiwch byth â'u gwagio i fin gwastraff a allai fynd ar dân;
- Rhowch flychau llwch ym mhob ystafell y byddwch yn ysmygu ynddi;
- Os ydych yn ysmygu ar eich balconi, dylech gael gwared ar y llwch a'r bonyn yn ofalus. Gall bonion sigarêts gael eu chwythu ar falconïau eraill a chynnau tanau;
- Prynwch flychau llwch dwfn, trwm sy'n llai tebygol o ddymchwel;
- Os ydych yn prynu unrhyw ddyfeisiau e-sigarêts, prynwch nhw oddi wrth werthwr cyfrifol.

2. Coginio

Gyda bwytaï a bariâu ar gau, efallai y byddwch yn gwneud mwy o goginio gartref a chyda phlant yn y tŷ yn lle'r ysgol, efallai y bydd gennych fwy o bethau i dynnu eich sylw. Ewch i'r gegin i edrych o gwmpas.

- A oes unrhyw beth a allai fynd ar dân ger yr hobiau?
- Chwiliwch am olion llosgi ar lieiniau sychu neu arwynebau gwaith yn y gegin;
- Gwiriwch nad yw eich tostiwr wedi'i osod o dan gabinetau cegin nac yn agos i unrhyw beth a all fynd ar dân;
- Gofalwch fod y ffwrn, yr hob, cwfl y stof a'r gril yn lân ac mewn cyflwr da;
- Os oes gennych farbeciw, gwnewch yn siŵr ei fod yn aros y tu allan a'i fod wedi'i osod ar dir gwastad yn bell oddi wrth unrhyw beth a allai fynd ar dân;
- Cliriwch unrhyw beth a allai ddisgyn ar y stof a mynd ar dân;
- Os ydych chi'n cael eich galw i ffwrdd o goginio, gwnewch yn siŵr eich bod yn diffodd yr hobiau a'r gril yn gyntaf;
- Glanhewch y ffwrn, cwfl y stof a'r gril i gael gwared ar fraster a sain;
- Cliriwch y briwsion o'r tostiwr gan y gall y rhain gronni a mynd ar dân;
- Peidiwch â chael eich tentio i ddefnyddio barbeciw ar falconi;
- Prynwch larwm gwres a'i brofi bob mis – gallwch archebu'r rhain ar-lein;
- Prynwch larwm CO ar gyfer eich cegin os oes gennych stof nwy neu danwydd solet neu foeler yn yr ystafell.

3. Gwresogi

Os ydych yn cynhesu'ch cartref am fwy o amser na'r arfer, efallai eich bod yn poeni am eich biliau gwresogi. Os felly, gallwch gael cyngor gan GOV.UK. Ceisiwch beidio â chynhesu eich cartref mewn ffordd anniogel.

- Sicrhewch fod canhwylau a llosgwyr aroglarth ac olew yn cael eu cadw'n gadarn mewn dalwyr sydd ag ymwrthedd i wres a'u gosod ar arwyneb sefydlog (sicrhau bod yr eitemau hyn y tu hwnt i gyrraedd plant ac anifeiliaid anwes);
- Canhwylau a fflamau noeth - gwnewch yn siŵr fod canhwylau'n cael eu gosod yn ddigon pell oddi wrth unrhyw un sy'n defnyddio elïau, gan fod y rhain yn fflamadwy;
- Defnyddiwch ganhwylau 'di-fflâm' yn lle eich canhwylau arferol (gelwir y rhain hefyd yn ganhwylau a weithredir gan fatris neu'n ganhwylau LED);
- Gofalwch fod unrhyw wresogyddion cludadwy yn cael eu cadw oddi wrth ddodrefn, dillad gwely a llenni;
- Gofalwch fod gwresogyddion cludadwy yn cael eu cadw o leiaf un metr oddi wrth unrhyw berson;
- Symudwch unrhyw ddillad sy'n sychu ar wresogyddion cludadwy.

Prynwch larwm carbon monocsid ar gyfer unrhyw ystafell sy'n cynnwys gwresogydd tanwydd solet, nwy neu baraffin

4. Llefydd tân, tanau agored a llosgwyr coed

Gall tanau agored gynhyrchu gwres mawr ei angen i'ch cartref ond gall fod yn berygl tân hyd yn oed pan nad yw'n cael ei ddefnyddio.

- Chwiliwch am unrhyw eitemau fflamadwy ger eich lle tân neu eich llosgydd coed;
- Gofalwch fod y simnai a'r ffliw yn lân ac wedi'u cynnal a'u cadw'n dda;
- Sicrhewch fod unrhyw foncyffion yn cael eu storio oddi wrth llosgwyr tanwydd solet fel y lle tân;
- Peidiwch â chynnau tân yn eich lle tân os nad ydych wedi gallu glanhau'r simnai a'r ffliw (unwaith y flwyddyn, neu ddwywaith os ydych chi'n llosgi boncyffion);
- Symudwch unrhyw ddillad sy'n cael eu sychu gan eich lle tân;
- Prynwch giard tân i amddiffyn rhag gwreichion gwibiol a marwor poeth.
- Larwm carbon monocsid (ar gyfer pob ystafell sy'n cynnwys gosodiad nwy, llosgydd tanwydd neu wresogydd paraffin).

5. Trydan

Gyda mwy o bobl yn gweithio gartref, a phlant gartref yn defnyddio cyfrifiaduron llechen a chonsolau gemau am gyfnod hirach, efallai y bydd yn anodd i chi ddod o hyd i soced plwg sbâr neu wefrydd go iawn i'w ddefnyddio.

Edrychwch yn ofalus o amgylch eich cartref ar y socedi plygiau, cyfarpar gwefru ac unrhyw wifrau y gallwch eu gweld.

Gofalwch nad oes unrhyw un o'r socedi trydan yn eich cartref wedi'u gorlwytho ac os ydych chi'n defnyddio addasydd 'rhesog' â ffiws (cebl ymestyn gyda socedi mewn rhes, nid ar giwb), gwnewch yn siŵr mai dim ond un plwg sydd wedi'i roi mewn un soced.

Gofalwch fod eich nwyddau gwyn (fel eich peiriant golchi llestri neu'ch peiriant sychu dillad) wedi'u cofrestru'n gywir ac nad ydynt wedi'u galw'n ôl – <https://www.london-fire.gov.uk/about-us/our-campaigns/total-recalls-making-whitegoods-safer/>

Gwagiwch y fflwff o'ch peiriant sychu dillad gan ddilyn cyfarwyddiadau'r gwneuthurwr.

Taflwch unrhyw offer gwefru nad oeddent wedi dod gyda'r ddyfais neu nad oeddent yn offer amnewid go iawn.

6. Larymau

Mae bob amser yn well atal tân rhag dechrau, ond bydd larymau'n rhoi rhybudd cynnar mewn achos o dân ac yn rhoi amser hanfodol i chi ddianc.

Mae hynny'n bwysicach fyth os ydych chi'n teimlo'n sâl - pan allech chi fod yn llai abl i ymateb neu ddianc o dân.

Gofalwch fod gennych ddigon o larymau mwg yn eich cartref (o leiaf un ar bob llawr)

- Gofalwch fod gennych larwm gwres yn eich cegin – bydd y larwm yn seinio os caiff cynnydd mewn gwres ei ganfod;
- Sicrhewch fod eich holl larymau yn cynnwys batri seliedig hir-barhaol neu a fydd yn para 10 mlynedd;
- Profwch eich holl larymau mwg nawr;
- Rhowch nodyn atgoffa yn eich calendr i wirio eich larymau mwg yn rheolaidd;
- Gofynnwch i'ch darparwr teleofal (os oes gennych un) i gysylltu eich system teleofal â'ch larymau mwg.

7. Llwybrau Dianc

Ystyriwch sut byddech chi'n dianc pe bai tân yn eich cartref? Ystyriwch eich llwybr yng nghanol y nos, a sut y gallai fod yn wahanol yn ystod y dydd os ydych chi i gyd mewn gwahanol rannau o'ch cartref.

Efallai bod gennych fwy o fwydydd, papur toiled, cewynnau ac ati yn eich cartref nag fel arfer, a allai fod yn rhwystro eich ymdrechion i ddianc.

8. Gwirio amser gwely

Os yw rhywun yn eich cartref yn hunanynysu a'i fod bellach yn cysgu mewn ystafell wahanol, gwnewch yn siŵr eich bod wedi addasu eich trefn amser gwely yn unol â hynny.

Mae llawer o danau'n digwydd yn y nos, pan fydd y rhan fwyaf o bobl yn cysgu. Gallwch leihau'r risg yn eich tŷ ymhellach trwy gynnal rhai gwiriadau syml cyn i chi fynd i'r gwely:

- Gwiriwch fod pawb yn y cartref yn gwybod beth i'w wneud mewn argyfwng;
- Gwiriwch fod pawb yn gwybod ble mae'r allweddi drws yn cael eu cadw dros nos;
- Gwnewch yn siŵr fod modd agor pob un o ffenestri'r llawr gwaelod a'r llawr cyntaf;
- Gofalwch fod pob ffordd i mewn ac allan o'ch cartref yn cael ei chadw'n glir o unrhyw beth a allai arafu neu atal eich ymdrechion i ddianc;
- Cliriwch unrhyw rwystrau o'ch llwybrau dianc;
- Gwnewch gynllun dianc a'i ymarfer gyda'ch aelwyd;
- Gwnewch yn siŵr fod yr holl eitemau trydanol wedi'u diffodd cyn mynd i'r gwely, oni bai eu bod wedi'u cynllunio i gael eu gadael ymlaen;
- Caewch yr holl ddrysau yn eich cartref cyn i chi fynd i'r gwely