

Mae'n well peidio â meddwl beth allai ddigwydd os na ewch chi ar groesfan wastad yn ddiogel.

MEDDWL YN BELL?

RYDYCH CHI WEDI CROESI'R LLINELL.

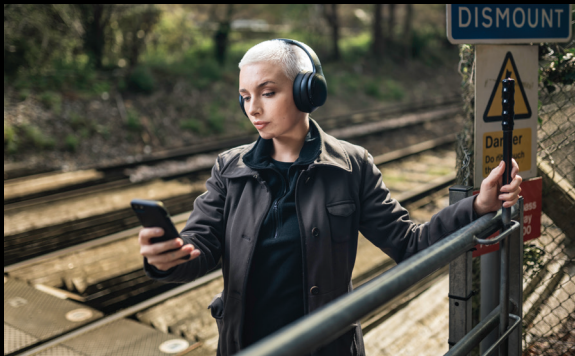
I gael mwy o wybodaeth am sut i gymryd gofal yn ymyl croesfannau gwastad, ewch i: www.networkrail.co.uk/distracted

MEDDWL YN BELL?

RYDYCH CHI WEDI CROESI'R LLINELL.

Mae'n hawdd mynd ar groesfan wastad pan na fyddwch yn talu sylw. Gallwch fod yn edrych ar eich ffôn, yn gwrando ar gerddoriaeth, wedi ymgolli mewn podlediad neu'n sgwrsio gyda ffrindiau, a heb ichi sylwi, rydych chi wedi croesi'r llinell.

Er bod rheilffyrdd Prydain ymysg y rhai mwyaf diogel yn Ewrop, mae oddeutu 500 o ddamweiniau fu bron â digwydd ar groesfannau gwastad bob blwyddyn. Os ydych chi'n defnyddio croesfan wastad, gofynnwn ichi ofalu am eich hun a phobl eraill drwy gadw'n effro a pharhau i ganolbwyntio. Peidiwch â chroesi'r llinell heb sicrhau ei fod yn ddiogel i wneud.



PUM Ffordd i Barhau i Ganolbwyntio a Chadw'n Ddiogel ar Groesfan Wastad

Pan fyddwch yn dynesu at groesfan wastad, mae angen ichi:

- 1. Ganolbwyntio:** Mae'n hawdd colli ffocws a rhoi mwy o sylw i'ch ffôn, cerddoriaeth neu sgwrs na'r hyn sy'n digwydd o'ch cwmpas.
- 2. Stopiwch, edrychwch a gwrandewch – bob amser.** Efallai bod arwyddion yn rhestru cyfarwyddiadau ychwanegol, felly gwnewch yn siŵr eich bod yn eu darllen a'u dilyn.
- 3. Edrychwch i'r ddwy ffordd cyn croesi – peidiwch â chroesi os oes trên yn dod.** Cofiwch, gallai fod mwy nag un trên yn dod o gyfeiriadau gwahanol, a gallai un trên guddio un arall oddi wrthyhch.
- 4. Os oes unrhyw rybuddion (goleuadau, rhwystrau, larymau) gwnewch yn siŵr eich bod yn deall eu hystyr.** A dilynwch eu cyfarwyddiadau i'r carn bob amser. Ac os NA FYDD unrhyw rybuddion yn rhoi gwybod ichi fod trên yn dod, mae'n fwy pwysig byth eich bod chi'n parhau i ganolbwyntio!
- 5. Croeswch yn gyflym, gan gadw plant yn agos a chŵn ar dennyn byr.** Gwnewch yn siŵr bod yr allanfa'n glir cyn croesi.

Yn chwilio am fwy o wybodaeth ar sut i gymryd gofal yn ymyl croesfannau gwastad pan fyddwch chi ar hyd y lle yn eich ardal chi?

Ewch i: www.networkrail.co.uk/distracted