



Llawlyfr Diogelwch Gyrwyr

Canllawiau i BOB gyrrwr

CYFLWYNIAD

Mae'r llawlyfr hwn yn cynnig gwybodaeth ddefnyddiol i helpu i'ch cadw'n ddiogel ar y ffyrdd wrth yrru cerbyd Prifysgol Aberystwyth (PA) neu gerbyd personol at ddefnydd busnes ar ran y brifysgol.

Rhaid i unrhyw un nad ydynt yn staff y Brifysgol a myfyrwyr y caniateir iddynt yrru cerbyd y Brifysgol neu ddefnyddio eu cerbyd eu hunain ar gyfer busnes y Brifysgol hefyd ddarllen y llawlyfr hwn a'i ystyried yn arfer gorau.

Mae'r cyngor sydd yn y llawlyfr hwn yn berthnasol i bob gyrrwr, ond mae rhai ystyriaethau arbennig yn berthnasol i yrwyr faniau, bysiau mini a cherbydau arbenigol. Bydd y rhain yn cael eu hamlygu yn eu hadran eu hunain o'r llawlyfr hwn.

CYN ICHI FYND I MEWN I'R CERBYD

Beth yw taith fusnes prifysgol?

Mae gan y Brifysgol gyfrifoldeb cyfreithiol i reoli risg pob siwrnai sy'n gysylltiedig â gwaith. Disgrifir taith/siwrnai sy'n gysylltiedig â gwaith fel a ganlyn:

Unrhyw siwrnai mewn cerbyd ni waeth pwy sy'n berchen ar y cerbyd hwnnw nad yw'n siwrnai gymudo arferol i chi i'ch gweithle arferol ac adref.

Sylwer: Os byddwch yn torri ar draws eich siwrnai gymudo i'ch gweithle arferol neu eich siwrnai adref i fynd ar neges ar ran y brifysgol, byddai'r daith gyfan yn cael ei hystyried yn gysylltiedig â gwaith. I bob pwrpas, pan fyddwch yn cychwyn ar siwrnai sy'n gysylltiedig â gwaith, ni fyddwch yn cymudo mwyach.

Mae angen i yrwyr fod yn ymwybodol mai at ddefnydd siwrneiau sy'n gysylltiedig â gwaith yn unig y mae cerbydau'r Brifysgol ac/neu gerbydau llog ac na chaniateir unrhyw ddefnydd personol.

ASESIADAU RISG

Bydd angen asesiad risg fel rheol ar gyfer pob taith sy'n gysylltiedig â gwaith.

Ni fydd yr asesiad risg yn cynnwys unrhyw weithgareddau cysylltiedig â gwaith nac unrhyw offer ategol. Dylid adolygu a diwygio asesiad risg at ddefnydd lleol.

Ceir rhagor o wybodaeth am asesiadau risg, ynghyd â chyfleoedd hyfforddiant, ar y tudalennau gwe Iechyd, Diogelwch ac Amgylchedd. Dylai unrhyw deithiau sy'n gysylltiedig â gwaith ac y mae eu hasesiadau risg yn peri achos rhesymol i bryderu gael eu trafod â'r tîm Iechyd, Diogelwch ac Amgylchedd cyn cychwyn ar y daith a'r gweithgareddau cysylltiedig.

Dylid defnyddio synnwyr cyffredin wrth yrru i leoliadau gwledig anghysbell, sy'n cynnwys amodau ffordd anrhagweladwy a/neu yrru ar eich pen eich hun ac ni ddylid cymryd risgiau diangen.

Safonau gyrru disgwyliedig

Rhaid i chi gofio, wrth yrru ar fusnes y brifysgol, eich bod yn cynrychioli'r brifysgol ac felly mae disgwyliad:

Y byddwch bob amser yn gyrru yn unol â'r gyfraith traffig ffyrdd a [Rheolau'r Ffordd Fawr](#).

Y byddwch yn amyneddgar ac yn dangos cwrteisi i bob defnyddiwr ffordd.

Na fyddwch yn arddangos unrhyw ymddygiad, boed hynny ar lafar neu'n gorfforol trwy ystum a'r ffordd rydych chi'n gyrru eich cerbyd, a fyddai'n cael ei ystyried gan y rhan fwyaf o bobl yn ymddygiad amhriodol ac annerbyniol

Awdurdod i Yrru

Cyn y gallwch yrru cerbyd y brifysgol mae'n rhaid i chi sicrhau eich bod yn yrrwr awdurdodedig, mae hyn yn berthnasol i bob aelod o staff ac i bobl nad ydynt yn staff y Brifysgol.

Mae'r broses hon yn gofyn i chi lenwi ffurflen gais gyrrwr awdurdodedig y brifysgol a'i dychwelyd i adran Teithio a Fflyd.

PWYSIG – Ni ddylech fynd ar unrhyw siwrnai sy'n gysylltiedig â gwaith (ar y ffordd neu oddi arni) ac sy'n golygu gyrru, ni waeth pa mor fyr neu anaml, hyd nes eich bod yn Yrrwr Awdurdodedig a/neu'n Yrrwr Cyfun Awdurdodedig.

Dylech bob amser ystyried yr Hierarchaeth yn y Polisi Teithio cyn teithio.

***Yswiriant ar gyfer defnydd busnes i yrrwyr cyfun** – yn ddiofyn, bydd y rhan fwyaf o bolisiâu yswiriant yn eich diogelu at ddibenion cymdeithasol a domestig ac ar gyfer cymudo i'ch gweithle arferol ac oddi yno. NI fydd yn rhoi yswiriant yn awtomatig i chi ar gyfer unrhyw deithiau busnes. Bydd yn rhaid i chi ofyn yn benodol am y math hwn o yswiriant. Yn y rhan fwyaf o achosion, ni fydd ychwanegu Defnydd Busnes yn codi eich premiwm yswiriant, ond fe ellid codi tâl gweinyddol os byddwch yn ychwanegu'r yswiriant hwn ar ôl i'ch polisi ddechrau.

Pwysig – NI FYDDWCH wedi'ch yswirio oni bai fod gennych Ddefnydd Busnes wedi'i gynnwys yn eich polisi i yrru eich cerbyd eich hun.

Cynllunio Siwrnai

Dylid cynllunio pob taith; nid yw hyn yn golygu bod yn rhaid i chi gynllunio llwybr pob siwrnai yn fanwl, yn enwedig os ydych chi'n gwneud sawl siwrnai leol sy'n gyfarwydd i chi. Fodd bynnag, mae'n golygu y dylech ystyried y canlynol:

- Gwnewch yn siŵr eich bod yn iach ac yn heini i yrru.

- Ydych chi wedi cael digon o gwsg y noson cynt, ydych chi'n sâl, ydych chi ar unrhyw feddyginiaeth a allai eich gwneud yn gysglyd neu a allai effeithio ar eich gallu i yrru?
- Ceisiwch osgoi ardaloedd sydd â thagfeydd ar adegau prysur, yn enwedig o gwmpas ysgolion.
- Lle bo modd, osgowch yrru pan fo'r tywydd yn wael.

Ystyriaethau ychwanegol ar gyfer siwrnai hir:

- Cynlluniwch eich taith yn fanwl, caniatewch ddigon o amser ar gyfer seibiannau a stopio.
- Gwiriwch i weld a oes digwyddiad mawr yn cael ei gynnal neu waith ffordd i osgoi traffig posibl.
- Defnyddiwch system lywio â lloeren/Sat Nav neu Fapiau Lle bo hynny'n bosibl. Rhagosodwch y cyrchfan a'i addasu pan fyddwch wedi parcio a'i bod hi'n ddiogel i chi wneud hynny'n unig.
- Sicrhewch fod gennych ddigon o danwydd, digon o leiaf i fynd â chi i fan ail-lenwi addas.
- Os ydych chi'n defnyddio cerbyd trydanol sicrhewch eich bod yn ymwybodol o leoliadau gorsafoedd gwefru.
- Cynlluniwch i gymryd seibiannau rheolaidd, o leiaf 15 munud ym mhob cyfnod dwyawr o yrru.
- Byddwch yn ymwybodol o dollau ffyrdd a phontydd, CAZ (Parthau Aer Glân), ULEZ (Parth Allyriadau Isel Ultra) a thâl tagfeydd oherwydd efallai y bydd angen talu'r rhain cyn y daith i osgoi hysbysiad cosb swmpus.

Ffitrwydd i yrru

Eich cyfrifoldeb chi yw sicrhau eich bod yn ddigon ffit i yrru, a bydd hyn yn gofyn i chi ystyried nifer o bethau:

Golwg

Rhaid i chi allu darllen (gyda sbectol neu lensys cyffwrdd, os oes angen) plât rhif a wnaed ar ôl 1 Medi 2001 o 20 metr.

Os oes angen i chi ddefnyddio sbectol neu lensys cyffwrdd i yrru, rhaid ichi eu gwisgo trwy gydol yr amser pan fyddwch yn yrru. Ewch i wirio eich golwg yn rheolaidd (bob dwy flynedd o leiaf, neu'n fwy aml os yw eich optegydd yn argymhell hynny).

Alcohol, cyffuriau a meddyginiaeth

Ni ddylech, o dan unrhyw amgylchiadau, yrru o dan ddylanwad alcohol, cyffuriau, neu 'gyffuriau cyfreithlon'.

Am fwy o wybodaeth, gweler polisi alcohol a chyffuriau'r brifysgol.

Gall cyffuriau a meddyginiaethau effeithio ar eich sgiliau gwneud penderfyniadau a'ch sgiliau gyrru, yn ogystal â'ch cyflwr a'ch ymddygiad corfforol a meddyliol, ac maent yn cynyddu'n sylweddol eich risg o gael damwain. Yr un yw'r cosbau â'r gosb ar gyfer yfed a gyrru.

Holwch eich meddyg teulu neu eich fferylllydd a yw unrhyw feddyginiaethau dros y cownter neu bresgripsiwn yr ydych yn eu cymryd yn debygol o effeithio ar eich gyrru (trwy achosi i chi deimlo'n gysglyd, er enghraifft). Dylech bob amser edrych ar label meddyginiaethau ac ar y daflen wybodaeth i gleifion am unrhyw rybuddion, ac os yw'n dweud y gallant achosi sgil-ffeithiau penodol, cymerwch yn ganiataol y byddant yn gwneud hynny.

Cyflyrau meddygol hysbysadwy y DVLA

Yn ôl y ddeddf mae'n rhaid i chi hysbysu'r DVLA os ydych yn dioddef o unrhyw gyflwr meddygol a allai effeithio ar eich gyrru. Eich cyfrifoldeb chi yw holi eich meddyg teulu a yw unrhyw un o'ch cyflyrau meddygol yn cael eu hystyried yn 'hysbysadwy'.

Gallwch gael gwybodaeth fanwl drwy fynd i wefan swyddogol y Llywodraeth: <https://www.gov.uk/driving-medical-conditions>

Mae'r brifysgol yn parchu eich preifatrwydd; fodd bynnag, mae gennym ddyletswydd gofal am eich diogelwch yn y gwaith. Am y rheswm hwn, rhaid i chi roi gwybod i'ch Rheolwr Llinell os ydych yn dioddef o unrhyw gyflwr meddygol a allai effeithio ar eich gallu i yrru'n ddiogel neu weithredu unrhyw gerbyd/offer arbenigol arall.

EICH CERBYD

Fel gyrrwr cerbyd neu gerbyd/offer arbenigol CHI sy'n gyfrifol yn gyfreithiol am sicrhau bod y cerbyd yn ddiogel ac yn addas i'r ffordd bob amser, p'un a yw'r cerbyd yn eiddo i chi, ar brydles neu'n cael ei logi.

Gall eich cerbyd fod yn destun gorchymyn gwahardd a/neu efallai y cewch eich cyhuddo o drosedd os yw'r cerbyd yn cael ei ystyried yn anaddas i'r ffordd neu'n anniogel gan y DVSA (Asiantaeth Safonau Cerbydau Gyrwyr) neu'r Heddlu. CHI fel y gyrrwr fydd yn atebol a chi fydd yn gorfod talu unrhyw ddirwy ac mae'n bosibl y rhoddir ardstyadau ar eich trwydded yrru. Mae hyn yn cynnwys eich cerbyd eich hun wrth yrru eich cerbyd personol eich hun at ddibenion gwaith.

Er mwyn sicrhau bod eich cerbyd yn ddiogel ac yn cydymffurfio â'r gyfraith, mae'r Brifysgol wedi sicrhau bod ffurflenni rhestrau gwirio diffygion cerbyd dyddiol ar gael ar gyfer cerbydau, trelars, cerbydau arbenigol ac offer. Rhaid llenwi'r ffurflenni cyn i'r gyrrwr ddefnyddio'r cerbyd am y tro cyntaf bob dydd. Mae'r Brifysgol yn gorfodi'r arfer hwn.

Cyfeiriwch at wefan Teithio a Fflyd i weld y rhestrau gwirio cerbydau dyddiol cymeradwy.

Dylai rheolwyr llinell hefyd fod yn ymwybodol o'u cyfrifoldebau a sicrhau bod ganddynt wybodaeth a hyfforddiant digonol ar gyfer eu rôl.

WRTH ICHI YRRU

Oriau gyrwyr

	TERFYN	NODIADAU
<i>Terfyn gyrru dyddiol</i>	<u>Uchafswm</u> o 10 awr	Mae hyn yn cyfeirio at gyfnod o 24 awr o hanner nos i hanner nos
<i>Terfyn dyletswydd dyddiol</i>	<u>Uchafswm</u> o 11 awr	Dyma gyfanswm yr holl amser a dreulir yn gweithio. Er enghraifft, mae angen i athro gynnwys yr amser dysgu, yn ogystal â’r marcio, paratoi, gyrru’r bws mini ac ati. Gellir ymestyn yr 11 awr hyn dros gyfnod o 15 awr. Rhaid cael o leiaf 4 awr ‘heb ddyletswyddau’ h.y. cyfnod pan fydd unigolyn yn rhydd i dreulio ei amser ei hun fel y myn.
Gyrru parhaus	<u>Uchafswm</u> o 2 awr	Os nad oes modd stopio ar yr union adeg honno, dylech

<i>Cyfnod o seibiant</i>	Isafswm o 15 munud	agor ffenestr er mwyn cael awyr iach a stopio cyn gynted â'i bod yn ddiogel ac yn gyfreithlon ichi wneud hynny. Byddwch yn gallu canolbwyntio'n llawer gwell os cynlluniwch eich taith â seibiannau rheolaidd i chi gael gorffwys a chael rhywbeth i'w fwyta/yfed.
Cyfnod dyddiol o orffwys	Isafswm o 11 awr	Rhaid i chi gymryd seibiant o 10 awr o leiaf rhwng dau ddiwrnod gwaith. Gellir lleihau hyn i 8.5 awr hyd at 3 gwaith yr wythnos.

Sylwch fod yr oriau a nodir uchod wedi'u cyfyngu i yrru yn unig, ond dylid rhoi'r ystyriaeth ddyledus i unrhyw weithgareddau ychwanegol y gall gyrwyr ymwneud â hwy yn rhan o'u dyletswyddau yn ystod y cyfnod dan sylw.

Gwregys diogelwch

Rhaid gwisgo gwregysau diogelwch ym mhob cerbyd lle mae gwregysau ar gael, rhaid i unrhyw anifeiliaid sy'n cael eu cludo mewn cerbyd gael eu diogelu mewn modd priodol yn unol â rheol 57 Rheolau'r Ffordd Fawr.

Teiars

Os yw'r gwynt yn y teiars yn ymddangos yn isel yn rhan o'r gwiriad dyddiol, rhowch y pwysedd aer gofynnol a nodir yn llawlyfr y cerbyd. Gellir dod o hyd i'r pwysedd aer ar gyfer y teiars hefyd ar sticer y gwneuthurwr y tu mewn i'r cerbyd.

Tynnu Ôl-gerbyd

Ni ddylech ddefnyddio ôl-gerbyd oni bai bod gennych yr hawl gywir ar eich trwydded a'ch bod wedi'ch awdurdodi gan y Brifysgol i wneud hynny, a'ch bod wedi cael yr hyfforddiant priodol.

Gwnewch yn siŵr eich bod yn gwybod sut i gysylltu'r ôl-gerbyd, gan gynnwys y cysylltiadau trydanol. Sicrhewch nad yw'n cael ei orlwytho a bod pwysau unrhyw lwyth yn cael ei ddosbarthu'n gytbwys a'i orchuddio'n ddiogel gydag ataliadau, rhwymynnau neu rwydi.

I gael gwybodaeth fanwl ynghylch tynnu ôl-gerbydau a'r gyfraith, ewch i: <https://www.gov.uk/towing-rules>

Rhesel ar ben y to

Dim ond pan nad oes unrhyw fath arall o gludiant ar gael a phan na cheir unrhyw ddulliau amgen addas ar gyfer cario'r llwyth, y dylid defnyddio rhesel ar ben to cerbyd. Rhaid cynnal asesiad risg ym mhob achos.

Wrth yrru, cofiwch am yr uchder ychwanegol a byddwch yn ymwybodol o bontydd isel, rhwystrau gyda chyfyngiadau uchder ac adeiladau/canghennau crog sy'n effeithio ar drin a stopio'r cerbyd.

Tynnwch unrhyw resel o ben y to pan na chânt eu defnyddio gan y bydd y cerbyd yn defnyddio mwy o danwydd os cânt eu gadael yn sownd wrth y to.

GYRRU

Dylech allu gweld a chyrraedd yr holl offer rheoli yn gyfforddus. Mae'n hanfodol eich bod yn gallu gweld yn dda o'ch cwmpas i bob cyfeiriad, heb unrhyw rwystr.

Laniardiau

Rhybuddir gyrwyr ac/neu deithwyr i beidio â gwisgo laniard am eu gwddf i ddal cerdyn adnabod tra byddant yn gyrru neu'n teithio mewn cerbydau rhag ofn y bydd hynny'n peri niwed os bydd bag aer yn agor. Tynnwch eich laniard bob amser wrth yrru.

Ffonau symudol a dyfeisiau cyfathrebu eraill

Fe'ch cynghorir i sicrhau bod gennych fodd i alw am gymorth pan fyddwch ar daith sy'n gysylltiedig â gwaith. Rhaid cadw at y rheolau canlynol bob amser.

- Dim ond fel y caniateir gan y gyfraith y dylech wneud neu dderbyn galwadau – mae hyn yn golygu, pan fyddwch ar briffyrdd cyhoeddus, na ddylech wneud na derbyn galwad trwy ddyfais wedi'i dal yn y llaw, oni bai fod yn rhaid i chi roi gwybod am argyfwng ac nad yw stopio'n bosibl.
- Fe'ch cynghorir i beidio â chymryd rhan mewn unrhyw sgwrs ar ffôn symudol gan ddefnyddio offer dim-dwylo tra byddwch yn gyrru oni bai bod hynny'n angenrheidiol, a rhaid ichi fod â rheolaeth ar eich cerbyd bob amser. Mae gan yr heddlu yr hawl i'ch stopio os teimlant fod defnyddio ffôn symudol wrth yrru wedi tynnu eich sylw, hyd yn oed os ydych yn defnyddio offer dim-dwylo.
- Fe'ch atgoffir mai'r gosb am ddefnyddio ffôn neu ddyfais cyfathrebu electronig arall wrth yrru yw dirwy o £200 ac ychwanegu pwyntiau posibl at eich trwydded, chi fydd yn gyfrifol am dalu'r ddirwy hon, yn ogystal ag unrhyw gamau unioni ychwanegol sydd ar gael i'r Brifysgol yn unol â'i gweithdrefnau disgyblu.

Ysmygu, bwyta ac yfed wrth yrru

Gwaherddir ysmygu a defnyddio dyfeisiau ysmygu electronig ym mhob cerbyd. Mae'r holl gerbydau sy'n eiddo i'r brifysgol neu gerbydau a logir yn arddangos arwydd dim ysmygu.

Gweler polisi ysmygu'r brifysgol am fanylion llawn.

Rhaid i chi gadw rheolaeth briodol ar eich cerbyd bob amser, felly mae bwyta neu yfed wrth yrru wedi'i wahardd. Dylech amserlennu egwyl i fwyta yn rhan o'ch taith a chyfeirio at reol 148 Rheolau'r Ffordd Fawr.

Terfynau cyflymder

Dylech bob amser aros o fewn terfynau cyflymder (gan gynnwys terfynau sy'n amrywio a therfynau dros dro oherwydd gwaith ar y ffordd). Mae terfynau cyflymder yn pennu'r terfyn cyflymder uchaf ar gyfer y ffordd dan sylw. Ceir llawer o amgylchiadau pan nad yw'n ddiogel gyrru ar y cyflymder hwnnw (o amgylch ysgolion adeg agor a chau, er enghraifft, neu ar ffyrdd prysur a chul, ar ffyrdd gwledig neu lle mae eich gallu i weld yn cael ei rwystro). Byddwch yn ymwybodol o'ch amgylched ac amodau'r ffordd.

Efallai y bydd angen i rai cerbydau deithio ar derfyn cyflymder gwahanol. Y cyflymder uchaf ar gyfer fan panel ar ffordd sengl yw 50mya, ond gall car deithio ar uchafswm terfyn cyflymder o 60mya ar ffordd sengl. Gwnewch yn siŵr eich bod yn gwybod y terfynau cyflymder ar gyfer y cerbyd yr ydych yn ei yrru.

Dyma ddolen i dabl terfynau cyflymder gyrru'r Deyrnas Unedig:
<https://www.gov.uk/speed-limits>

Gyrru ar y campws

Rhaid bod ag ymwybyddiaeth ychwanegol bob amser er mwyn gyrru'n ddiogel ar y campws, yn enwedig pan fo nifer fawr o gerddwyr o gwmpas. Byddwch yn wiliadwrus am gerddwyr yn cerdded allan, beicwyr a defnyddwyr ffordd bregus eraill.

Manwfro

Efallai y bydd mân drawiadau a chrafiadau yn ymddangos yn ddibwys. Fodd bynnag, maent yn rhoi baich ariannol ar y Brifysgol.

Bacio cerbyd yn ôl yw un o'r sefyllfaoedd mwyaf cyffredin lle ceir difrod i gerbydau, a hynny'n aml oherwydd bod y gyrrwr wedi bod ar ormod o frys i raddau, neu heb edrych yn iawn o'i gwmpas cyn mynd i mewn i'r cerbyd.

Diogelwch Personol a Thrais

Dylai pob gyrrwr fod yn wiliadwrus rhag ymosodiad personol a lladrad. Sicrhewch fod offer, cyfarpar gwerthfawr ac eitemau yn cael eu storio o'r golwg yn y cerbyd. Clowch y cerbyd bob amser pan nad oes neb yn gofalu amdano.

Parcio

Wrth barcio, rhaid i chi sicrhau bod y cerbyd wedi'i barcio mewn lle diogel a chyfreithlon.

Os ydych yn parcio ar y chwith ac yn wynebu ar i fyny ar rîw, trowch eich olwynion i'r dde, ac wrth barcio i lawr yr allt trowch eich olwynion i'r chwith.

Rhaid i gerbydau bob amser gael eu cloi pan nad oes neb yn gofalu amdanynt, hyd yn oed am gyfnodau byr, er enghraifft, wrth ddanfôn rhywbeth neu mewn garej danwydd.

Wrth barcio'r cerbyd am unrhyw gyfnod o amser, yn enwedig mewn tywyllwch, ceisiwch ddefnyddio ardal wedi'i goleuo'n dda sydd â thraffig a cherddwyr yn mynd heibio, yn hytrach na lleoliad diarffordd.

Costau Parcio a Thollau (gan gynnwys Parthau Aer Glân (CAZ), Parth Allyriadau Isel lawn (ULEZ) a Thaliadau Tagfeydd wrth deithio drwy rannau o Lundain)

Gellir ad-dalu unrhyw daliadau parcio a thollau yn unol â pholisi treuliau'r Brifysgol. NID yw hyn yn cynnwys unrhyw ddirwyon am barcio yn anghyfreithlon.

Nwyddau Peryglus

DIM OND gyda chytundeb ymlaen llaw gan dîm Iechyd a Diogelwch y Brifysgol y caniateir cludo nwyddau peryglus fel y'u dosberthir gan Reoliadau Cludo Nwyddau Peryglus UNECE yng ngherbydau'r Brifysgol.

Tywydd gwael

Gall y tywydd achosi peryglon o ran gyrru, ei gwneud hi'n anoddach gweld, gwneud arwyneb ffyrdd yn llithrig sy'n arwain at gynyddu pellterau stopio. Mae angen inni addasu ein gyrru yn unol â hynny. Dylai gyrrwyr wirio â'i reolwr llinell a yw unrhyw daith sy'n gysylltiedig â gwaith yn ofynnol os ceir rhagolygon o dywydd gwael. Os oes gennych unrhyw amheuaeth neu os yw'r amodau'n wael, ceisiwch osgoi fynd ar unrhyw daith.

Cyn gadael mewn tywydd gwael

Gwrandewch ar y darllediadau tywydd a'r bwletinau teithio lleol/cenedlaethol. Gwiriwch rybuddion teithio ar-lein.

Cynlluniwch ac ystyriwch fynd â dillad cynnes, esgidiau a thortsh – gallai fod yn daith hir ar droed i'r ffôn agosaf, os nad oes gennych signal ffôn symudol.

Cadwch y sgrin flaen a'r ffenestri yn lân bob amser, a sicrhewch fod y botel hylif golchi yn llawn hylif golchi sgrin. Sicrhewch fod yr hylif golchi sgrin o'r cryfder cywir er mwyn ei atal rhag rhewi.

Glaw

Mae glaw yn lleihau eich gallu i weld ac yn cynyddu'n sylweddol y pellter sydd ei angen i arafu a stopio. Bydd arnoch angen tua DWYWAITH eich pellter brecio arferol.

Llithro ar ddŵr

Achosir dŵr-lithro trwy yrru'n rhy gyflym i mewn i ddŵr sydd wedi cronni ar arwyneb y ffordd. Gellir osgoi dŵr-lithro trwy ostwng eich cyflymder mewn amodau gwlyb.

Ffyrdd sydd dan ddŵr

Peidiwch â cheisio croesi os yw'r dŵr yn ymddangos yn rhy ddwfn. Os nad ydych yn siŵr o ddyfnder y dŵr, edrychwch am ffordd arall.

COFIWCH brofi eich brêcs ar ôl gyrru trwy'r dŵr.

Eira a Rhew

Os oes eira neu rew ar eich cerbyd. Cliriwch unrhyw eira a/neu rew o'r to, y ffenestri a'r drychau yn gyfan gwbl cyn i chi gychwyn.

Mae cesair, eira trwm a glaw oll yn ei gwneud hi'n anos gweld, felly defnyddiwch oleuadau blaen wedi'u gostwng. Dylech yrru ar gyflymder a fydd yn eich galluogi i stopio o fewn pellter y gallwch weld ei fod yn glir, a dim cynt. Dylech bob amser ostwng eich cyflymder yn raddol ac mewn da bryd ar arwynebau llithrig. Osgowch frecio, cyflymu a llywio ar frys ac yn drwm.

Mewn eira, stopiwch yn aml i lanhau'r ffenestri, y bwâu uwchben yr olwynion, y goleuadau a'r platiau rhif.

Tywydd Poeth

Gwisgwch ddillad oer llac a chyfforddus a gwnewch yn siŵr bod eich cerbyd wedi'i awyru'n dda. Stopiwch yn rheolaidd i ymestyn eich coesau ac i gael bwyd, diod ac awyr iach.

AIL-LENWI A CHARDIAU TANWYDD

Bydd gan y rhan fwyaf o gerbydau a ddarperir gan y Brifysgol gerdyn tanwydd arbennig ar gyfer y cerbyd. Sicrhewch fod y cerdyn gennych cyn dechrau ar daith a dychwelwch y cerbyd gyda thanc llawn o danwydd (cerbydau cronfa/cerbydau llog).

Dim ond ar gyfer cerbydau'r Brifysgol neu ar gyfer tasgau awdurdodedig ar ran y Brifysgol y dylid defnyddio'r cardiau tanwydd.

Talwch sylw arbennig i'r math o danwydd sydd ei angen ar gyfer y cerbyd rydych chi'n ei yrru. Bydd rhoi'r tanwydd anghywir ynddo yn gostus ac yn anghyfleus, ond gall hefyd achosi niwed difrifol i'r injan.

Os sylweddolwch eich bod wedi rhoi'r tanwydd anghywir i mewn:

- **PEIDIWCH** â thanio'r injan.
- Ffoniwch am gymorth cwmni torri i lawr ar unwaith, ceir hyd i fanylion cwmni torri i lawr y tu mewn i'r cerbyd.
- Siaradwch ag aelod o gwrth blaen y garej i gael cyngor oherwydd efallai y bydd angen iddynt gau'r ardal Cerbyd yn Torri i Lawr

TORRI I LAWYR

Gwiriwch bob amser bod y cerbyd yn cynnwys manylion polisi gwasanaeth torri i lawr y Brifysgol cyn teithio. Os nad ydyw yno, cysylltwch â'ch rheolwr llinell neu'r tîm Teithio a Fflyd yn ystod oriau gwaith.

Petai cerbyd yn torri i lawr ar y ffordd, dylid cynnau'r goleuadau rhybuddio priodol.

Pryd bynnag y bo modd, dylai gyrwyr a'r holl deithwyr adael y cerbyd ac aros mewn lleoliad diogel i ffwrdd o draffig sy'n symud.

- Dylid rhoi ystyriaeth arbennig i hyn petai cerbyd yn torri i lawr ar draffordd neu ffordd ddeuol gyflym iawn

Petai eich cerbyd yn torri i lawr:

- Meddyliwch am eich diogelwch chi a diogelwch defnyddwyr eraill y ffordd
- Ffoniwch 999 os ydych mewn perygl neu'n teimlo bod eich cerbyd yn beryglus i eraill

GWEITHDREFN ADRODD AM DDIGWYDDIAD/DAMWAIN

Mae angen i'r holl yrwyr ymgyfarwyddo â [thudalennau gwe lechyd a Diogelwch](#) y Brifysgol oherwydd bydd angen llenwi ffurflen cofnodi digwyddiad. Bydd angen llenwi ffurflen damwain modur ar gyfer y cwmni sy'n darparu ein hyswiriant modur hefyd, ni waeth faint o ddifrod sydd.

Damweiniau

- Stopiwch. Mae'n drosedd peidio â stopio os bydd eich cerbyd yn rhan o ddamwain a bod difrod yn cael ei achosi i gerbyd neu eiddo arall neu bod rhywun yn cael ei anafu.
- Defnyddiwch oleuadau rhybuddio rhag perygl a diffoddwch eich injan.
- Ffoniwch y gwasanaethau brys yn ddi-oed os oes angen; rhowch wybod iddynt am y sefyllfa, unrhyw amgylchiadau arbennig (os ydych yn cario poteli ocsigen, er enghraifft) ac a oes gan unrhyw deithwyr anghenion arbennig.
- Rhowch gymorth cyntaf os oes angen a'ch bod yn gymwys i wneud hynny.

- Sicrhewch fod y cerbyd yn addas i fod ar y ffordd cyn parhau â'r daith, ac os oes unrhyw amheuaeth peidiwch â pharhau â'ch taith heb ofyn am gyngor y gwasanaeth torri i lawr perthnasol yn gyntaf.

- Rhowch eich enw, eich cyfeiriad a rhif cofrestru'r cerbyd. Bydd angen i chi hefyd roi enw a chyfeiriad y perchennog os nad yw'r cerbyd yn eiddo i chi. Mae'n rhaid i chi roi gwybod am y ddamwain i'r heddlu o fewn 24 awr os na fyddwch yn rhoi eich manylion ar adeg y ddamwain. Rhaid i chi hefyd roi gwybod am y ddamwain i'ch cwmni yswiriant, hyd yn oed os nad ydych yn bwriadu gwneud hawliad.

Peidiwch byth â chyfaddef bai. Gellid defnyddio hyn fel cyfaddefiad o atebolrwydd os cyfyd hawliad yswiriant.

Manylion cyswllt defnyddiol

Teithio a Fflyd – [Teithio a Fflyd: Ystadau, Cyfleusterau a Phreswylfeydd, Prifysgol Aberystwyth](#)

Iechyd, Diogelwch a'r Amgylchedd - [Iechyd, Diogelwch a'r Amgylchedd: Prifysgol Aberystwyth](#)

ATODIAD 1

Ystyriaethau ychwanegol i yrwyr faniau

Mae angen i yrwyr faniau yn wybod a yw eu cerbyd wedi'i ddosbarthu yn fan ynteu yn fan sydd yn deillio o gar (car-derived van). Holwch yr adran Teithio a Fflyd os nad ydych yn siŵr ynghylch dosbarthiad eich cerbyd.

Wrth yrru fan, dylid rhoi sylw arbennig i'r canlynol gan eu bod yn wahanol i geir:

Gall eich **Gwelededd** gael ei gyfyngu o ganlyniad i bared wedi'i osod neu fod llai o ffenestri. Os oes gwelededd gwael a'ch bod yn ansicr cyn bacio nôl neu symud a throï, ewch allan o'r cerbyd a gwirio cyn symud. Os yw'n bosibl, gofynnwch i rywun eich tywys.

Mannau dall – mae gan bob cerbyd fannau dall, ond mae gan faniau fwy ohonynt na cheir. Oherwydd hyn mae angen i chi ddefnyddio eich drychau ochr yn amlach a bod yn barod bob amser i edrych dros eich ysgwydd cyn gwneud unrhyw symudiad.

Uchder a lled – Dylech wybod uchder a lled eich cerbyd, gan drefnu gosod sticer yn y cerbyd os oes angen, mewn mesuriadau metrig ac imperial. Cadwch lygad am fariau cyfyngiad uchder mewn meysydd parcio a llefydd tebyg, a byddwch yn ofalus wrth feddwl mynd drwy fwllch cul

Llwytho/Gorllwytho - Gall deall y rhain fod yn gymhleth felly mae'n rhaid i chi gael cyngor yr adran Teithio a Fflyd. Dilynwch y ddolen hon

i gael gwybodaeth fanwl: <https://www.gov.uk/vehicle-weights-explained>

Dylech wybod ymhle ar eich cerbyd y gellir gweld y plât sy'n cynnwys gwybodaeth am bwysau a chario llwyth a gwybod beth yw pwysau bras eich llwythi arfaethedig a ble mae'ch pont bwyso agosaf.

Cofiwch, os cewch eich dal yn gyrru fan wedi'i gorlwytho, gallech chi'n bersonol gael eich dirwyo.

Gwnewch yn siŵr fod unrhyw lwyth a gludir wedi'i ddosbarthu yn gytbwys yn y cefn ac wedi'i bacio'n ddiogel. Byddwch yn arbennig o ymwybodol o lwythi a allai symud o gwmpas wrth i chi deithio ac a allai effeithio'n andwyol ar eich gallu i drin y cerbyd, yn enwedig wrth frecio neu fynd rownd corneli a throadau.

Gyrru bws mini

Ydych chi'n gymwys i yrru bws mini? Gallech ateb hyn mewn sawl ffordd, e.e. a oes gennych y sgiliau angenrheidiol i yrru bws mini yn ddiogel? A oes gennych chi ddigon o brofiad gyrru i fod yn gyfrifol am gerbyd mor fawr, yn enwedig gyda theithwyr?

Os gwnaethoch basio'ch prawf gyrru cyn 1 Ionawr 1997 byddai gennych yr hawl D1 ar eich trwydded yrru a byddech yn gymwys i yrru bws mini i 16 teithiwr (17 gan gynnwys y gyrrwr) gyda chyfyngiad 101 (nid yw ar gyfer hurio neu dâl).

Os gwnaethoch basio'ch prawf gyrru ar ôl 1 Ionawr 1997 byddai'n rhaid i chi basio prawf i gael yr hawl D1 i yrru bws mini i 16 teithiwr (17 gan gynnwys y gyrrwr).

Fodd bynnag, mae'r gyrrwyr hynny sydd â hawl i drwydded B yn gymwys i yrru bws mini 8 sedd (9 gan gynnwys y gyrrwr) nad yw ar gyfer hurio neu dâl.

Os nad ydych yn siŵr am y gofynion trwydded yrru cyfreithiol ar gyfer gyrru bws mini, cysylltwch â'r adran Teithio a Fflyd.

Mae gyrru bws mini yn dasg feichus a chyfrifol, yn enwedig os nad yw'r gyrrwr yn gyrru bws mini yn rheolaidd. Mae'r gyrrwr yn gyfrifol yn ôl y gyfraith am ddiogelwch a lles ei deithwyr. Rhaid i yrwyr fod yn hyderus ac yn gymwys i yrru bws mini a gofyn am gyfle i ymgyfarwyddo gan reolwr y llinell os nad ydynt wedi gyrru gwneuthuriad a model penodol o fws mini o'r blaen a/neu os nad ydynt wedi gyrru bws mini ers amser maith.

Llwytho a Pharcio

Sicrhewch fod pob llwyth yn cael ei ddiogelu a'i storio'n gywir, peidiwch â gorrwytho bws mini. Byddwch yn ofalus wrth barcio i sicrhau mynediad i lwythi a chaniatáu digon o le i ddefnyddwyr cadair olwyn gael mynediad a gadael y cerbyd os oes lifft llaw neu electronig wedi'i osod ar y bws mini. Rhaid i yrwyr gysylltu â'u rheolwr llinell i gael unrhyw hyfforddiant priodol. Ni ddylai unrhyw deithwyr sefyll ar fws mini, dylai pob un fod mewn seddi penodedig.

Mynd â char dramor

Cysylltwch â'r adran Teithio a Fflyd gan y gallai rhai gwledydd fod â gwahanol gyfreithiau, arferion ac amodau gyrru.

Gyrru Cerbydau Arbenigol

Oherwydd yr ystod eang o weithgareddau sy'n cynnwys cerbydau, RHAI'D ystyried pethau'n ofalus a chymryd gofal ychwanegol wrth yrru yn yr ardaloedd gwaith hyn. Rhaid cadw at y canllawiau canlynol bob amser; rhaid i yrwyr cerbydau ddilyn y weithdrefn 'Stopio Diogel'.

- Codi'r brêc llaw
- Rhoi'r rheolyddion mewn safle niwtral
- Diffodd yr injan (neu ddiffodd y pŵer)
- Tynnu'r allwedd allan (neu ddiffodd y cyflenwad pŵer)

Dylid dilyn y weithdrefn hon;

- Cyn gadael sedd y gyrrwr/safle gyrru'r cerbyd.
- Pan fo rhywun arall yn nesáu atoch.
- Cyn i rywun gynnal gwaith cynnal a chadw; addasiadau neu ddelio â rhywbeth sydd wedi'i flocio.

Wrth yrru a gweithredu cerbyd, sicrhewch eich bod yn glynu wrth yr isod;

- Cerbydau diogel - mae'r cerbydau, peiriannau a'r cyfarpar yn addas ar gyfer y dasg dan sylw, ac yn gallu cyflawni'r dasg yn ddiogel.
- Adrodd am ddiffygion a'u hatgyweirio'n brydlon, dim atgyweiriadau dros dro neu wedi'u haddasu.
- Gyrrwr diogel - ffit yn feddygol, yn gymwys, yn hyderus ac â'r hyfforddiant priodol. Ni chaniateir i unigolion heb awdurdod na hyfforddiant i yrru.
- Safle diogel - mae cerbydau a cherddwyr wedi'u gwahanu lle bo hynny'n bosibl, mae rheolau'r safle yn cael eu harddangos a'u rhoi i'r rhai sy'n dod i'r safle. Mae llwybrau traffig wedi'u diffinio a chedwir at gyfyngiadau cyflymder a rhybuddion. Ymwybodol o ddanfoniadau a lle mae danfoniadau'n digwydd.
- Peidiwch byth â symud tuag at, cerdded y tu ôl neu wrth ymyl cerbyd sy'n gyrru am yn ôl.
- Peidiwch byth â cheisio gwasgu eich hun rhwng cerbydau neu wrthrychau sefydlog
- Lle bo hynny'n bosib, dylai fod gan adeiladau ddrysau ar wahân i gerbydau a cherddwyr a gwisgwch ddillad llachar i helpu eraill.

Ystyriaeth ychwanegol

Efallai fod gan eich cerbyd neu gyfarpar ofynion gweithredu penodol, felly mae'n rhaid ichi ddod yn gyfarwydd â llawlyfr y cerbyd a/neu'r cyfarpar. Dylid gwneud ystyriaethau ychwanegol wrth yrru drwy dir garw, dŵr dwfn, dringo a dod i lawr bryniau, glaswellt hir, mwd, eira

a rhew. Dylid ymgymryd â hyfforddiant ac arweiniad ychwanegol a'u dilyn wrth yrru yn yr amodau hyn.

Cerbydau arbenigol - canllawiau arferion gorau

Asesiad risg - Cyn ymgymryd ag unrhyw daith/tasg sy'n cynnwys cerbyd arbenigol. Rhaid i chi gyfeirio at yr asesiad risg perthnasol a/neu System Waith Ddiogel

Hyfforddiant - Rhaid ichi fynd ar gwrs hyfforddiant sydd wedi'i gymeradwyo gan y Brifysgol cyn y caniateir ichi yrru/gweithredu unrhyw gerbyd arbenigol. Rhaid i chi ddarllen a deall llawlyfr y gwneuthurwyr yn drylwyr.

Ymgyswddwch â'r holl symbolau diogelwch a switshis diffodd.

Mae'r canlynol yn nodiadau atgoffa defnyddiol, yn ogystal â gwiriadau diffygion cerbydau dyddiol a chynnal a chadw.

- Canolbwyntiwch pan fyddwch yn gyrru ac yn defnyddio offer megis y Llwythwr Telesgopig, tractorau gyda bwcedi a ffyrch codi. Cofiwch y trosgrog. Byddwch yn ymwybodol o fannau dall.
- Gyrrwch am ymlaen bob tro pan fyddwch yn dringo rhiw a chynlluniwch eich taith. Osgowch lethrau serth, ffosydd a rhwystrau tynn. Dylech osgoi ardaloedd gwlyb a chorsiog lle bo hynny'n bosibl. Byddwch yn bwylllog ac yn ymwybodol bob amser. Peidiwch byth â rhuthro tasg,
- Wrth gario llwythi, rhaid i lwythi fod yn ddiogel ac osgowch orlwytho. Cyfeiriwch at alluoedd y cerbyd. Rhaid dosbarthu llwythi yn gyfartal.
- Dim ond cerbydau sydd wedi'u cofrestru ar y ffordd y gellir eu gyrru ar y ffordd.
- Defnyddiwch y system fachu gywir a sicrhewch fod y trelar/eitem â'r eitemau ategol yn cael eu cysylltu'n iawn.
- Byddwch yn wiliadwros o beryglon o linellau pŵer uwchben, canghennau, a phontydd isel ac ati

Defnyddwyr ffordd bregus

Maent ym mhob man!

Nid yw llawer ohonynt yn sylwi pa mor fregus ydynt. Efallai eu bod yn ifanc neu'n amhrofiadol. Neu efallai eu bod yn llawer hŷn ac yn dioddef dirywiad yn eu golwg neu'u clyw. Pwy a wŷr ... efallai eu bod yn union fel ni ond am ryw reswm nad ydynt yn talu sylw am eiliad. Efallai nad ydynt yn edrych o'u cwmpas, ac fel arfer nid oes ganddynt ddrychau cefn! A dweud y gwir, dyma'r broblem gyntaf fel arfer – efallai nad ydynt yn ymwybodol eich bod yn nesáu.

Efallai eu bod mewn tref brysur lle mae llawer o draffig yn symud a nifer o bethau yn rhwystro eu gallu i weld yn iawn. Efallai eu bod mewn ardaloedd gwledig, ar y ffordd, o amgylch y tro nesaf neu dros y bryn nesaf.

Yn aml, nid oes ganddynt unrhyw amddiffyniad rhag cerbyd modur. Ac i rywun ar gefn ceffyl, neu weithiwr fferm gyda gwartheg, rheolaeth gyfyngedig sydd ganddynt.

Mae gan bob gyrrwr rwymedigaeth tuag at ddefnyddwyr ffordd mwy bregus. Mae'n rhaid i chi wneud mwy na'u gweld yn unig – mae'n rhaid i chi ragweld ymhle y gallant fod a beth y gallant ei wneud. Gall defnyddio'r corn fod yn briodol ar rai achlysuron, ond gall hefyd ddychryn ac achosi rhagor o broblemau, felly mae'n rhaid ei ddefnyddio'n ofalus.

Yr unig gamau diogel i'w cymryd pan fydd defnyddwyr ffordd bregus o'ch blaen yw

Arafwch a byddwch yn amyneddgar, arhoswch nes eich bod wedi dal eu sylw, pasiwch gyda digon o le, cyflymder isel a chyn lleied o sŵn â phosibl.

Casgliad

Lluniwyd y llawlyfr hwn i roi pwynt cyfeirio ato ar gyfer gofynion gyrru'n ddiogel.

Os oes gennych unrhyw gwestiynau penodol neu os oes angen cyngor arnoch nad yw wedi'i gynnwys yn y llawlyfr hwn, dylech gysylltu â'ch Rheolwr Llinell neu'r adran Teithio a Fflyd.