#Mentra'n Gall
Dilynwch ganllawiau'r llywodraeth

Mae'r canllawiau ar gyfer Cymru, Lloegr, Yr Alban a Gogledd Iwerddon yn wahanol

Gwiriwch wefannau'r llywodraeth sy'n berthnasol i'r ardal yr ydych yn ymweld a chydymffurfiwch â hwy

Amddiffynnwch gymunedau lleol

Byddwch yn barod i ddod ar draws rhai meysydd parcio, toiledau, siopau ac amwynderau lleol eraill wedi cau. Cynlluniwch eich taith yn dda a pharchwch drigolion lleol

Cadwch eich pellter

Os yw'n edrych yn brysur yna mae'n rhy brysur, byddwch yn barod i newid eich cynlluniau a dod o hyd i rywle gyda llai o bobl.

Cadwch 2m i ffwrdd o eraill drwy'r amser, diheintiwch eich dwylo yn rheolaidd ac osgowch gyffwrdd giatiau a chamfeydd ac ati.

Bod yn ymwybodol o'ch cyfyngiadau

Cadwch at weithgareddau a lleoliadau yr ydych yn gyfforddus â hwy.

Cynlluniwch eich diwrnod

Gofynnwch 3 chwestiwn i'ch hunan cyn i chi gychwyn:

- Ydw i'n gwybod sut fydd y tywydd?
- Oes gen i'r offer cywir?
- Ydw i'n hyderus fod gen i'r wybodaeth a'r sgilliau ar gyfer y diwrnod?

Ydw i'n hyderus fod gen i'r wybodaeth a'r sgilliau ar gyfer y diwrnod?

Mae'r gwasanaethau brys dan bwysau cynyddol ar hyn o bryd ac mae ymateb i argyfyngau yn peryglu'r timau. Mae gan Mentro'n Gall yr wybodaeth yr ydych ei hangen i'ch helpu i gael hwyl ac aros yn ddiogel

Ffoto © Ray Wood

#Mentra'n Gall
Tro dy ddiwrnod da yn ddiwrnod gwell

www.mentrongall.cymru