Urdd

Urdd Gobaith Cymru

POLISI IECHYD A DIOGELWCH CORFFORAETHOL

Fersiwn 4

Cyhoeddwyd: Medi 2015

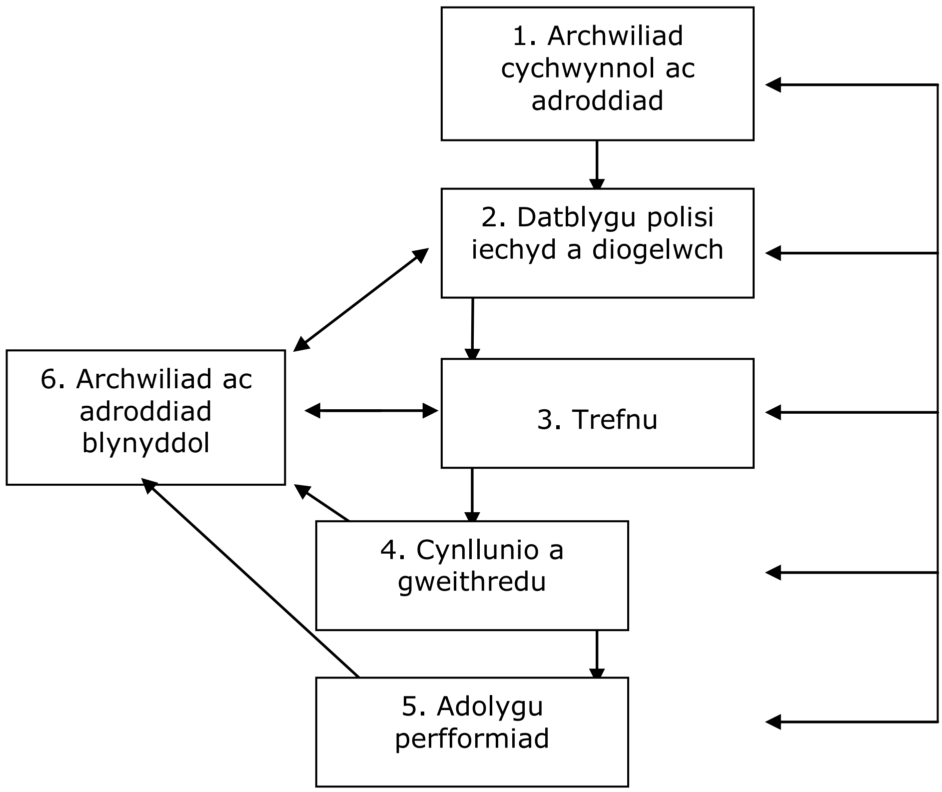
System rheoli iechyd a diogelwch

Mae Rheoliadau Rheoli Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith (Rheoliad 5) yn gofyn i'r cyflogwr sefydlu trefniadau er mwyn ymdrin ag iechyd a diogelwch. Dylid integreiddio'r trefniadau hyn, lle fo'n bosibl, o fewn y system rheoli sydd eisoes wedi'i sefydlu ar gyfer y cwmni. Serch hynny, bydd y trefniadau ar ôl eu gweithredu yn dibynnu ar faint a natur y busnes a bydd gofyn ystyried y ffactorau a ganlyn wrth eu hintegreiddio i unrhyw system rheoli: -

- Cynllunio.
- Trefnu.
- Rheoli.
- Monitro ac adolygu.

Mae'r polisi iechyd a diogelwch hwn yn cynnwys strwythur rheoli a threfniadau a ddatblygwyd ar gyfer y cwmni i sicrhau cydymffurfiad â'r ddeddf; mae ei fformat yn galluogi iddo gael ei integreiddio gydag unrhyw systemau rheoli cyfredol.

Darperir arweiniad i ddangos sut y gellir defnyddio'r polisi hwn fel rhan o System Rheoli Iechyd a Diogelwch effeithiol i sicrhau cydymffurfiad a rheolaeth mewn modd rhesymegol.



Mae'r diagram llif uchod yn rhoi cynrychiolaeth ddarluniadol o arferion rheoli da yn unol â safonau arferol yr Awdurdod Gweithredol Iechyd a Diogelwch, ac esbonnir pob cam ymhellach drosodd.

1. Archwiliad/adroddiad cychwynnol - ymweliad gan ymgynghorydd a fydd yn llanw holiadur, archwilio'r eiddo a darparu adroddiad ysgrifenedig. Bydd yr adroddiad yn adnabod y gwendidau ymarferol, corfforol a gweithdrefnol cyfredol wrth gydymffurfio â'r rheoliadau.
2. Polisi - Bydd yr ymweliad gosod yn cynnwys esboniad o'r system, cyngor ar sut i gydymffurfio â deddfwriaeth a chyflwyniad i'r asesiadau risg. Dylai 'datganiad o fwriad' y sefydliad sydd wedi'i

gynnwys o fewn y polisi gael ei lofnodi a’i ddyddio gan yr unigolyn sydd â chyfrifoldeb cyffredinol dros iechyd a diogelwch.

3. Trefnu - strwythur sefydliadol, cyfrifoldebau unigol a gweithdrefnau monitor a fydd yn rhaid ymgymryd â hwy. Mae rheolaeth wedi’i harwain trwy esiampl yn hanfodol i feithrin diwylliant iechyd a diogelwch positif.

4. Cynllunio a gweithredu – Urdd Gobaith Cymru yn ymrwymo i gadw at y trefniadau polisi gan gynnwys ymgymryd ag asesiadau risg a gweithredu arferion gweithio diogel.

Dylai’r cynllunio gynnwys: -

- Dileu neu ostwng y risgiau trwy ddethol offer, cyfleusterau a phrosesau cywiro.
- Adnabod yr angen, y math a nifer yr asesiadau i’w gwneud.
- Gosod amcanion ac amserlenni.
- Adnabod y personél a fydd yn gysylltiedig â lefel y cymhwysedd.
- Gweithdrefnau diogelwch sy’n ofynnol.
- Gweithredu mesurau rheolaeth.

5. Adolygu/mesur perfformiad – bydd monitro nodau ac amcanion y sefydliad yn weithredol yn darparu statws o gyrhaeddiad ac yn adnabod lle y mae angen canolbwyntio ymdrechion.

Dylai’r broses adolygu gynnwys: -

- Yr hyfforddiant yr ymgymerwyd ag ef a gofynion pellach.
- Asesiadau a gweithdrefnau diogelwch.
- Effeithlonrwydd y mesurau rheoli.
- Cydymffurfiad gyda deddfwriaeth gyfredol.
- Cwynion ac adroddiadau peryglon.
- Ystadegau damweiniau.
- Effeithlonrwydd y rhestrau monitro yn y polisi.
- Cyflawni’r safonau/meincnodau.
- Cydymffurfiad gyda rheoliadau.

6. Arolygiad blynyddol – bydd Panel Iechyd a Dioglewch y mudiad yn gorchychwylio yr Arolygiad Blynyddol a gall gynnwys arolygiad o'r gweithle, adolygu dogfennau a'r trefniadau sydd wedi'u sefydlu ac adolygu cynnydd ar yr asesiadau. Ar ôl eu cwblhau, bydd y Bwrdd Rheoli yn cymeradwyo unrhyw argymhellion ac unrhyw newidiadau polisi gofynnol.

Cyflwyniad

Yn unol â gofyniad Adran 2 (3) y Ddeddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith ayyb 1974, mae Urdd Gobaith Cymru yn cyflawni ei dyletswyddau statudol yn effeithiol trwy baratoi Polisi Iechyd a Diogelwch ysgrifenedig. Cedwir copi o'r polisi a'r llawlyfr gweithwyr cysylltiedig, sy'n amlinellu trefniadau iechyd a diogelwch y sefydliad a'r strwythur sefydliadol, ym mhrif leoliad busnes Urdd Gobaith Cymru.

Er mwyn i Urdd Gobaith Cymru gyflawni ei ddyletswyddau, mae gofyn i weithwyr yn ôl y gyfraith, gydweithredu gyda'r rheolwyr ym mhob mater yn ymwneud ag iechyd, diogelwch a lles eu hunain ac unrhyw un arall a allai gael eu heffeithio gan eu gweithredoedd neu eu hesgeulustra tra yn y gwaith. Mae Urdd Gobaith Cymru yn annog yr holl weithwyr i hysbysu rheolwyr o unrhyw feysydd o'r polisi iechyd a diogelwch y maen nhw'n teimlo sy'n annigonol neu'n sy'n gamarweiniol, er mwyn sicrhau bod y polisi yn cael ei gadw fel dogfen weithio ddilys.

Mae'r llawlyfr gweithwyr yn grynodeb o'n polisi iechyd a diogelwch. Ar ôl derbyn y llawlyfr hwn rhaid i'r holl weithwyr ymgyfarwyddo eu hunain â'i gynnwys, ac os oes unrhyw agwedd ar y ddogfen yn aneglur, cysyllter â'ch Rheolwr Llinell er mwyn egluro'r mater. Ar ôl darllen y llawlyfr, dylai'r derbynnydd lanw'r ffurflen gydnabyddiaeth (sydd yng nghefn y llawlyfr hwn) a'i dychwelyd at eich Rheolwr Llinell er mwyn ei chadw yn ffeil bersonél y gweithiwr.

Er mwyn sicrhau cydymffurfiad â'r ddeddfwriaeth a'r arferion gweithio gorau mae Urdd Gobaith Cymru yn cadw'r hawl i ddiwygio'r ddogfen hon yn ôl yr angen. Bydd copïau o unrhyw ddiwygiadau o'r fath yn cael eu dosbarthu i'r holl weithwyr i'w cynnwys yn eu llawlyfr.

Datganiad Polisi Iechyd a Diogelwch

Isod ceir datganiad o bolisi iechyd a diogelwch y sefydliad yn unol ag Adran 2 y Ddeddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith ayyb 1974.

Polisi Urdd Gobaith Cymru yw sicrhau hyd y gellir yn ymarferol, iechyd, diogelwch a lles yr holl weithwyr sy'n gweithio i'r cwmni ac unrhyw unigolion eraill a allai gael eu heffeithio gan ein gweithredoedd.

Mae Urdd Gobaith Cymru yn cydnabod mai'r allwedd i reolaeth iechyd a diogelwch llwyddiannus yw polisi, trefniadaeth a threfniadau effeithiol, sy'n adlewyrchu ymrwymiad yr uwch reolwyr. Er mwyn cynnal yr ymrwymiad hwnnw, byddwn yn mesur, monitro a diwygio lle fo'n ofynnol yn barhaus, cynllun blynyddol i sicrhau bod safonau iechyd a diogelwch yn cael eu cynnal yn ddigonol.

Bydd y Prif Weithredwr yn gweithredu polisi iechyd a diogelwch ac yn argymell unrhyw newidiadau i fodloni amgylchiadau newydd. Mae Urdd Gobaith Cymru yn cydnabod bod rheolaeth iechyd a diogelwch llwyddiannus yn cyfrannu at berfformiad busnes llwyddiannus a bydd yn dyrannu arian ac adnoddau digonol i fodloni'r anghenion hyn.

Mae rheolwyr Urdd Gobaith Cymru yn edrych ar hyrwyddo mesurau iechyd a diogelwch fel amcan ar y cyd ar gyfer eu hunain a'u gweithwyr. Gan hynny, polisi'r rheolwyr yw gwneud popeth sy'n ymarferol bosibl i atal anaf personol a niwed i eiddo. Hefyd, mae'r sefydliad yn anelu at ddiogelu pawb, gan gynnwys ymwelwyr ac aelodau'r cyhoedd, i'r graddau y maent yn dod i gysylltiad â'n gweithgareddau, rhag unrhyw berygl rhagweladwy.

Mae gan yr holl weithwyr ddyletswyddau o dan y Ddeddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith ayyb 1974 ac maent yn cael eu hysbysu o'u cyfrifoldebau personol i gymryd gofal o iechyd a diogelwch eu hunain ac i sicrhau nad ydynt yn peryglu unigolion eraill yn eu gweithredoedd neu eu hesgeulustra. Hysbysir y gweithwyr hefyd bod yn rhaid iddynt gydymffurfio gyda'r sefydliad er mwyn iddo gydymffurfio â'r gofynion cyfreithiol a osodir arno ac wrth weithredu'r polisi hwn. Bydd Urdd Gobaith Cymru yn sicrhau ymgynghoriad parhaus gyda'r gweithle er mwyn galluogi i bob safbwynt ac argymhelliad gael eu trafod yn rheolaidd.

Bydd y sefydliad yn sicrhau ymdriniaeth systematig er mwyn adnabod peryglon, asesu'r risg, pennu mesurau rheoli addas a digonol a hysbysu gweithwyr o'r gweithdrefnau cywir sy'n ofynnol i gynnal amgylchedd gwaith diogel.

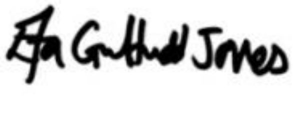
Byddwn yn darparu, hyd y gellir yn ymarferol, lleoliadau a systemau gwaith diogel, offer a pheiriannau diogel, trin deunyddiau a sylweddau yn ddiogel, darparu cyfarpar diogelu digonol a sicrhau bod gwybodaeth, cyfarwyddyd, hyfforddiant a goruchwyliaeth briodol yn cael eu rhoi.

Rydym yn ystyried bod yr holl ddeddfwriaeth iechyd a diogelwch yn safon ofynnol ac rydym yn disgwyl i'r rheolwyr gyflawni eu targedau heb gyfaddawdu iechyd a diogelwch.

Fersiwn 4

Medi 2015

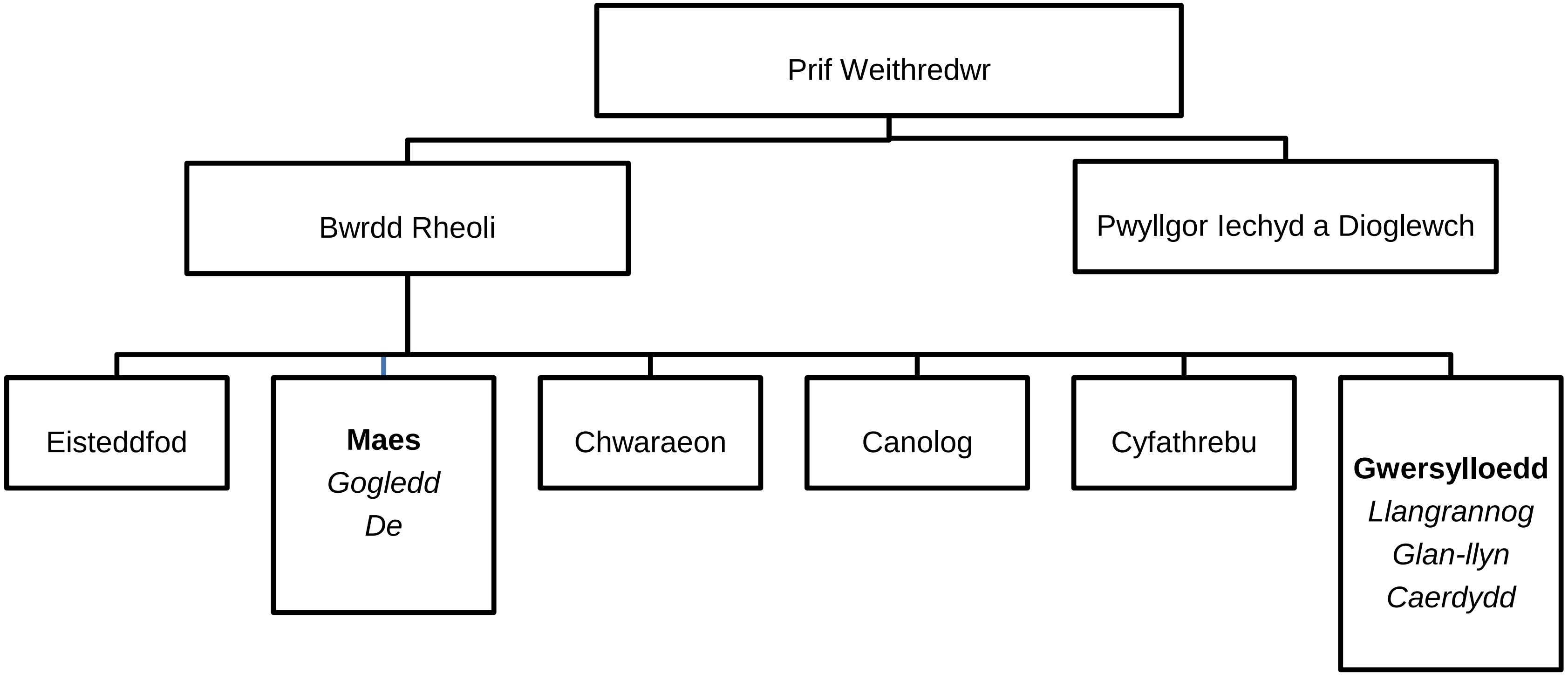
Arwyddwyd



Efa Gruffudd Jones
Prif Weithredwr

Mae’r dudlen hon yn wag

Strwythur Rheoli Iechyd a Dioglewch yr Urdd



Cyfrifoldebau unigol

Mae Adran 2 y Ddeddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith ayyb 1974 yn gosod dyletswydd ar gyflogwyr i baratoi polisi iechyd a diogelwch ysgrifenedig sy'n cynnwys manylion ar gyfrifoldebau dros sicrhau iechyd, diogelwch a lles yr holl weithwyr. Mae'r rhestr a ganlyn o'r cyfrifoldebau wedi'u coladu i sicrhau cydymffurfiad gyda'r ddeddfwriaeth.

Bydd y Prif Weithredwr yn sicrhau bod: -

- Prif gyfrifoldebau'r Ddeddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith ayyb 1974 wedi'u deall a'u cymhwyso.
- Rheolwyr ar bob lefel o fewn y sefydliad yn llawn ddeall y trefniadau ar gyfer gweithredu'r polisi iechyd a diogelwch.
- Y polisi yn cael ei adolygu i weld a yw'n cydymffurfio gyda'r amcanion dros iechyd a diogelwch.
- Digon o arian ar gael ar gyfer gofynion darpariaethau iechyd, diogelwch a lles.
- Yr holl weithwyr yn llawn ddeall y systemau gwaith diogel, y rheolau a'r gweithdrefnau a bod cofnodion addas yn cael eu cadw.
- Y strwythur sefydliadol yn briodol er mwyn rheoli iechyd a diogelwch.
- Yr un safonau rheoli yn cael eu cymhwyso i iechyd a diogelwch â'r swyddogaethau rheoli eraill.
- Iechyd a diogelwch yn cael eu hintegreiddio i systemau rheoli'r sefydliad.
- Archwiliadau ac arolygiadau iechyd a diogelwch rheolaidd yn cael eu cynnal yn unol â gweithdrefnau monitro iechyd a diogelwch y sefydliad.
- Hyfforddiant iechyd a diogelwch digonol yn cael ei ddarparu ar gyfer yr holl weithwyr. Bydd hyn yn dechrau ar ôl sefydlu'r gweithiwr a bydd yn cynnwys unrhyw hyfforddiant penodol yn ymwneud â rheolau'r sefydliad, systemau gwaith diogel a'r hyfforddiant sy'n ofynnol i berfformio eu dyletswyddau a'u tasgau cysylltiedig â gwaith.
- Yr unigolion cymwys enwebedig yn llanw, cofnodi ac adolygu asesiadau risg a COSHH sy'n berthnasol i'r gweithgareddau a'r peryglon o fewn y sefydliad a bod y gweithwyr perthnasol yn cael eu hysbysu o ganfyddiadau arwyddocaol yr asesiadau.
- Ymgynghoriadau ar y cyd rhwng rheolwyr a gweithwyr yn cael eu cynnal fel y disgrifir yn y polisi.
- Iechyd a diogelwch yn destun allweddol ar agenda pob cyfarfod bwrdd.
- Archwiliadau diogelwch ar hap ac ymgynghori gyda chynrychiolwyr diogelwch yn cael eu cynnal.
- Hyfforddiant addas yn cael ei ddarparu a bod cofnodion ysgrifenedig llawn yn cael eu cynnal.
- Cofnodion ac ystadegau o'r holl ddamweiniau a digwyddiadau sy'n codi o fewn y sefydliad yn cael eu llunio.

Bydd y Cyfarwyddwyr yn sicrhau bod: -

- Prif ofynion y Ddeddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith ayyb 1974 yn cael eu deall a'u cymhwyso.
- Rheolwyr ar bob lefel o fewn y sefydliad yn llawn ddeall y trefniadau ar gyfer gweithredu'r polisi iechyd a diogelwch.
- Y polisi yn cael ei adolygu i weld a yw'n cydymffurfio gyda'r amcanion dros iechyd a diogelwch.
- Digon o arian ar gael ar gyfer gofynion darpariaethau iechyd, diogelwch a lles.
- Yr holl weithwyr yn llawn ddeall y systemau gwaith diogel, rheolau a gweithdrefnau a bod cofnodion addas yn cael eu cadw.
- Y strwythur sefydliadol yn briodol er mwyn rheoli iechyd a diogelwch.
- Yr un safonau rheoli yn cael eu cymhwyso i iechyd a diogelwch â'r swyddogaethau rheoli eraill.
- Iechyd a diogelwch yn cael eu hintegreiddio i systemau rheoli'r sefydliad.
- Archwiliadau ac arolygiadau iechyd a diogelwch rheolaidd yn cael eu cynnal yn unol â gweithdrefnau monitro iechyd a diogelwch y sefydliad.
- Hyfforddiant iechyd a diogelwch digonol yn cael ei ddarparu ar gyfer yr holl weithwyr. Bydd hyn yn dechrau ar ôl sefydlu'r gweithiwr a bydd yn cynnwys unrhyw hyfforddiant penodol yn ymwneud â rheolau'r sefydliad, systemau gweithio diogel a hyfforddiant sy'n ofynnol i berfformio eu dyletswyddau a'u tasgau cysylltiedig â gwaith.
- Personél iechyd a diogelwch cymwys a chyfleusterau yn cael eu darparu i fynd i'r afael â pheryglon posibl o fewn y sefydliad.
- Yr holl ddamweiniau / damweiniau fu bron a digwydd yn cael eu hymchwilio a'u cofnodi ar y ffurflen cofnodi digwyddiadau a mesurau rheoli yn cael eu gweithredu i'w hatal rhag ailddigwydd.
- Trefniadau ar gyfer diogelwch tân yn cael eu gweithredu a bod yr holl wiriadau perthnasol yn cael eu cynnal.
- Cyfarpar diogelu personol addas a digonol yn cael eu darparu ar gyfer gweithwyr yn rhad ac am ddim.
- Ymgynghoriadau ar y cyd rhwng rheolwyr a gweithwyr yn cael eu cynnal fel y disgrifir yn y polisi.
- Yr holl faterion iechyd a diogelwch a godir gan weithwyr yn cael eu cofnodi a'u hymchwilio.
- Unrhyw gyfarpar gwaith diffygiol yn cael eu tynnu o wasanaeth hyd nes eu bod yn cael eu hatgyweirio neu eu newid.
- Gwiriadau diogelwch rheolaidd yn cael eu cynnal a chofnodion ar gael o'r profi, y cynnal a chadw ac arolygiadau statudol o gyfarpar gwaith a gwasanaethau a ddefnyddir gan y sefydliad.
- Mynediad ac allanfa diogelwch yn cael eu darparu a'u cynnal ym mhob ardal o fewn y sefydliad.
- Hyfforddiant codi a chario yn cael ei gynnal a'i adolygu'n rheolaidd neu os yw newid mewn proses yn gofyn am ailasesiad.

- Yr holl gyfarpar trydanol yn cael eu cynnal yn ddigonol a dim ond unigolion cymwys sydd wedi'u hyfforddi'n addas sy'n ymgymryd â gwaith trydanol. Ni fydd unrhyw weithwyr yn

ymgymryd ag unrhyw fath o waith trydanol lle fo angen gwybodaeth arbenigol er mwyn osgoi perygl.

- Rhaglenni hyfforddi yn cael eu sefydlu neu eu trefnu i hysbysu ac addysgu gweithwyr o'u cyfrifoldebau a'u dyletswyddau iechyd a diogelwch.
- Hyfforddiant addas yn cael ei ddarparu a chofnodion ysgrifenedig llawn yn cael eu cynnal.

Bydd y Rheolwr Arlwyo / Llety yn sicrhau bod: -

- Prif ofynion y Ddeddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith ayyb 1974 yn cael eu deall a'u cymhwyso.
- Yr holl weithwyr yn llawn ddeall systemau gwaith diogel, rheolau a gweithdrefnau a bod cofnodion addas yn cael eu cadw.
- Unrhyw gyfarpar gwaith diffygiol sy'n cael eu hadnabod yn cael eu tynnu o'r gwasanaeth nes eu bod wedi'u hatgyweirio neu eu newid.
- Yr holl gyfleusterau lles, gan gynnwys lefelau tymheredd, goleuadau ac awyru, yn ddigonol.
- Mynediad ac allanfa diogel yn cael eu darparu a'u cynnal ym mhob ardal o fewn y sefydliad.
- Arwyddion a hysbysiadau statudol perthnasol yn cael eu darparu a'u harddangos mewn sefyllfaoedd amlwg.
- Yr holl weithdrefnau hylendid bwyd yn cael eu cynnal yn unol â'r ddeddfwriaeth statudol.
- Materion iechyd a diogelwch a diogelwch bwyd sy'n cael eu codi gan weithwyr yn cael eu cofnodi a'u hymchwilio.
- Dadansoddiad iechyd a diogelwch yn cael ei gynnal a'i ddogfennu a'r holl weithwyr perthnasol yn cael eu hysbysu o'r weithdrefn.
- Tymereddau yn cael eu cymryd ar gyfer yr holl oergelloedd a rhewgelloedd o leiaf tair gwaith y dydd.
- Amserlenni glanhau ysgrifenedig yn cael eu llunio a'u cwblhau yn ddyddiol.
- Hyfforddiant codi a chario yn cael ei gynnal a'i adolygu'n rheolaidd neu os yw newid mewn proses yn gofyn am ailasesiad.
- Asesiadau risg yn cael eu llunio o fewn y gweithle.

Bydd y Rheolwr Llinell yn sicrhau bod: -

- Prif ofynion y Ddeddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith ayyb 1974 yn cael eu deall a’u cymhwyso.
- Yr holl weithwyr yn llawn ddeall y systemau gwaith diogel, rheolau a gweithdrefnau a bod cofnodion addas yn cael eu cadw.
- Gweithwyr ac unrhyw unigolion perthnasol eraill yn cael eu hysbysu o leoliad y personél cymorth cyntaf, cyfleusterau a phwysigrwydd cofnodi’r holl ddamweiniau / digwyddiadau yn y llyfr damweiniau.
- Cyfarpar diogelu personol addas a digonol yn cael eu darparu ar gyfer gweithwyr yn rhad ac am ddim.
- Unrhyw gyfarpar gwaith diffygiol sy'n cael eu hadnabod yn cael eu tynnu o’r gwasanaeth ar unwaith nes eu bod yn cael eu hatgyweirio neu eu newid.
- Mynediad ac allanfa diogel yn cael eu darparu a’u cynnal ym mhob ardal o fewn y sefydliad.
- Hyfforddiant cynnal a chario yn cael ei gynnal a’i adolygu’n rheolaidd neu os yw newid mewn proses yn gofyn am ailasesiad.
- Archwiliadau diogelwch ar hap ac ymgynghoriad gyda chynrychiolwyr diogelwch yn cael eu cynnal.
- Rhaglenni hyfforddiant yn cael eu sefydlu neu eu trefnu i hysbysu ac addysgu gweithwyr o’u cyfrifoldebau a’u dyletswyddau iechyd a diogelwch.
- Anghenion hyfforddi’r holl weithwyr yn cael eu hadnabod.
- Asesiadau risg yn cael eu llunio o fewn y gweithle.

Cyfrifoldebau Tân

Bydd y Cyfarwyddwyr yn sicrhau bod: -

- Yr holl staff yn derbyn hyfforddiant sefydlu cynhwysfawr cyn dechrau gweithio, er mwyn sicrhau eu bod yn llwyr ymwybodol o'r holl drefniadau sydd wedi'u sefydlu yn ystod y weithdrefn wacáu.
- Cofrestr o staff yn cael ei gadw'n ddiweddar bob amser. Rhaid i'r gofrestr hon fod ar gael i'w harchwilio bob amser a dylid mynd â'r gofrestr i'r man ymgynnull mewn tân adeg gwacâd er mwyn galw'r gofrestr.
- Pobl yn cadw at y gofynion ar gyfer hyfforddiant staff mewn diogelwch tân.
- Llyfr cofnodi tân yn cael ei gadw'n ddiweddar gyda'r holl gofnodion perthnasol i ddiogelwch tân a sicrhau ei fod ar gael i'w archwilio gan frigâd dân yr awdurdod lleol.
- Y larwm tân a'r offer cysylltiedig yn cael ei brofi'n wythnosol a bod y profion yn cael eu cofnodi yn y llyfr cofnodi tân.
- Yr holl offer ymladd tân yn cael ei brofi'n rheolaidd yn unol â chanllawiau'r gwneuthurwr a bod cofnodion o hyn yn cael eu cadw.
- Ymarfer gwacáu tân yn cael ei gynnal o leiaf bob blwyddyn a fydd yn cael ei gofnodi yn y llyfr cofnodi tân.
- Unrhyw olau argyfwng a goleuadau allanfeydd argyfwng yn cael eu profi yn unol â chanllawiau cyfredol a bod y profion yn cael eu cofnodi.
- Asesiad risg tân o fewn y gweithle yn cael ei gynnal, gan amlinellu pwy allai gael eu heffeithio gan dân ynghyd ag unrhyw ofynion arbennig y gellir eu hadnabod.
- Yr holl gemegau a nwyon peryglus a deunyddiau peryglus eraill yn cael eu cofnodi a bod rhestr yn cael ei chadw er gwybodaeth/i'w harchwilio gan frigâd dân yr awdurdod lleol.
- Gwiriad rheolaidd yn cael ei wneud i sicrhau nad yw llwybrau a drysau gwacáu yn cael eu rhwystro. Dylid datgloi drysau allanfeydd tân a dylent fod ar gael i'w defnyddio bob amser pan mae pobl yn yr adeilad. Dylai drysau tân fod ar gau bob amser ac ni ddylid eu cadw ar agor.

Cyfrifoldebau cyflogwr

Fel cyflogwyr, mae gennym ddyletswydd i'r holl weithwyr, gweithwyr achlysurol, gweithwyr rhan-amser, gweithwyr dan hyfforddiant, ymwelwyr ac isgontractwyr a allai fod yn ein gweithle neu'n defnyddio cyfarpar gwaith yr ydym yn eu darparu. Bydd ystyriaeth yn cael ei rhoi i'n cymdogion, gwirfoddolwyr a'r cyhoedd.

Bydd rheolwyr yn sicrhau eu bod:-

- Yn asesu'r holl risgiau i iechyd a diogelwch gweithiwr ac yn dwyn yr holl ganfyddiadau sylweddol i sylw'r gweithwyr.
- Yn darparu offer a chyfarpar diogel sy'n cael eu cynnal yn addas.
- Yn darparu lleoliad gwaith diogel gyda chyfleusterau digonol a mynediad ac allanfa diogel.
- Yn darparu hyfforddiant a gwybodaeth ddigonol i'r holl weithwyr.
- Wedi sefydlu darpariaethau er mwyn sicrhau bod nwyddau a sylweddau wedi'u trin a'u storio mewn modd cywir.
- Yn darparu goruchwyliaeth iechyd i weithwyr lle ystyrir bod hynny'n angenrheidiol.
- Yn penodi unigolion cymwys i helpu i gydymffurfio gyda deddf iechyd a diogelwch.

Cyfrifoldebau gweithwyr

Mae'r Ddeddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith ayyb 1974 yn rhoi manylion dwy brif adran y mae gofyn i weithwyr gydymffurfio â hwy. Y rhain yw:-

Mae gan bob gweithiwr ddyletswydd gofal o dan Ddeddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith ayyb 1974, adran 7, i gymryd gofal rhesymol o'i hun ac unrhyw unigolion eraill a allai gael eu heffeithio gan eu gweithredoedd neu eu hesgeulustra yn y gwaith.

Yn ychwanegol at yr uchod, mae Adran 8 yn nodi na ddylai gweithwyr o dan unrhyw amgylchiadau ymyrryd yn fwriadol neu'n fyrbwyll na chamddefnyddio unrhyw beth a ddarperir er budd diogelwch neu les, cyfarpar arbed bywyd, arwyddion neu gyfarpar ymladd tân.

Mae gan weithwyr ddyletswydd hefyd i gynorthwyo a chydweithio gydag Urdd Gobaith Cymru ac unrhyw unigolion eraill i sicrhau eu bod yn cadw at bob agwedd ar ddeddfwriaeth iechyd a diogelwch.

Mae gorfodaeth ar weithwyr i:-

- Gadw at reolau diogelwch, osgoi addasiadau ar y pryd a chydymffurfio gyda'r polisi iechyd a diogelwch.
- Ymgymryd â gwaith y maent yn gymwys i'w wneud yn unig.
- Storio deunyddiau a chyfarpar mewn modd diogel bob amser.
- Peidio byth â rhwystro llwybrau diangfeydd argyfwng.
- Ymarfer gweithdrefnau gweithio diogel bob amser, ymatal rhag chwarae gwirion ac adrodd ar yr holl beryglon a chyfarpar diffygiol.
- Gwisgo dillad a chyfarpar diogelu personol addas bob amser ar gyfer y dasg sy'n cael ei gwneud.
- Hysbysu'r Swyddog Cymorth Cyntaf neu'r Rheolwr Llinell o'r holl ddamweiniau sy'n digwydd.

Mae Rheoli'r Rheoliadau Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith yn gofyn i'r holl weithwyr:-

- Ddefnyddio'r holl eitemau a ddarperir er diogelwch.
- Cydymffurfio â'r holl gyfarwyddiadau diogelwch.
- Adrodd wrth y rheolwyr unrhyw beth y maent yn ystyried a allai fod o unrhyw berygl.
- Cynghori'r rheolwyr o unrhyw feysydd lle fo angen adolygu trefniadau diogelu.

Cyfrifoldeb isgontractwyr/personél hunangyflogedig

Fe'u hysbysir o bolisi iechyd a diogelwch y sefydliad, rheolau diogelwch a:-

- Byddant yn gwbl ymwybodol o'r cyfrifoldebau a'r gofynion a osodir arnynt gan y Ddeddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith ayyb 1974 a deddfwriaeth berthnasol arall.
- Byddant yn cydymffurfio â'r holl gyfarwyddiadau a roddir gan rheolwyr yr Urdd.
- Byddant yn cydweithredu gyda'n Sefydliad i sicrhau safon uchel o iechyd a diogelwch ar yr holl gontractau y maent yn gysylltiedig â hwy.
- Byddant yn ymgymryd ag asesiadau risg mewn perthynas â'u gweithgareddau, yn sicrhau bod trefniadau iechyd a diogelwch digonol yn cael eu gweithredu ac yn cydweithredu fel y bo'n briodol gyda'r grwpiau yr effeithir arnynt.
- Byddant yn cydymffurfio gyda'r gweithdrefnau llofnodi i mewn ac allan.

Gwybodaeth i weithwyr

Darperir gwybodaeth yn ymwneud â deddf iechyd a diogelwch mewn nifer o ffyrdd:-

- Bydd gweithwyr yn derbyn copi o'r 'Llawlyfr gweithwyr'.
- Bydd poster cymeradwy o "Deddf Iechyd a Diogelwch – Yr hyn y dylech wybod" yn cael ei arddangos ar yr eiddo. Bydd y poster hwn yn cael ei lanw gyda chyfeiriad yr awdurdod gorfodi lleol, y Gwasanaeth Cynghori Meddygol ar Gyflogaeth ayyb ac enwau'r unigolion cyfrifol.
- Rheolwyr a gweithwyr yn cael mynediad at ein System Reoli Iechyd a Diogelwch sy'n cynnwys yr holl wybodaeth berthnasol yn ymwneud â'r gweithdrefnau cofnodi a monitro.

Ymgynghori ar y Cyd

Mae'r Rheoliadau Iechyd a Diogelwch (Ymgynghoriad gyda Gweithwyr) yn gofyn i'r holl weithwyr ymgynghori gyda'u gweithwyr nad ydynt yn cael eu cynrychioli gan gynrychiolwyr diogelwch, fel y nodir yn y Rheoliadau Cynrychiolwyr Diogelwch a Phwyllgorau Diogelwch.

Pwyllgor Iechyd a Diogelwch

Hwylusir y cyfathrebu yma drwy gyfarfodydd y Pwyllgor Iechyd a Diogelwch mor aml ag sydd angen ond o leiaf unwaith bob tymor.

Pwrpas y pwyllgor yma fydd i roi fforwm lle gall gwybodaeth gael eu trosglwyddo a chwestiynau ar Iechyd a Diogelwch gael eu trafod ac ateb. Hefyd fe fydd y pwyllgor yma yn adolygu polisïau, gweithdrefnau a dogfennau Iechyd a Diogelwch y sefydliad.

Aelodau'r pwyllgor yma bydd :-

Dirprwy Prif Weithredwr
Swyddog Iechyd a Diogelwch Gwersyll Glan-llyn
Swyddog Iechyd Diogelwch Gwersyll Llangrannog
Swyddog Iechyd a Diogelwch Gwersyll Caerdydd
Cynrychiolydd Adran Technoleg Gwybodaeth
Cynrychiolydd ymhlith cyfarwyddwyr Adran y Maes
Dau gynrychiolydd o Adran y Maes
Cynrychiolydd Adran Chwaraeon

Rydym yn cydnabod y pwysigrwydd a'r buddion sydd i'w sicrhau trwy ymgynghoriad a byddwn yn cynnal llwybrau cyfathrebu clir er mwyn sicrhau ymgynghoriad effeithiol rhwng rheolwyr a gweithwyr.

Cyfrifoldeb y rheolwyr yw sicrhau bod ymgynghoriad yn cael ei gynnal yn brydlon ar faterion yn ymwneud ag iechyd a diogelwch gweithiwr o fewn ei adrannau ac yn y gwaith.

Bydd Iechyd a diogelwch ar yr agenda ym mhob cyfarfod rheoli. Yr eitemau y gellir eu cynnwys yn y cyfarfod yw:-

- Adolygu ystadegau damweiniau, damweiniau fu bron a digwydd a thueddiadau.
- Deddfwriaeth newydd.
- Cydymffurfiad ag amcanion y cynllun iechyd a diogelwch.
- Materion iechyd galwedigaethol.
- Cyflwyno technoleg newydd.
- Canlyniadau archwiliadau iechyd a diogelwch.
- Adolygu canfyddiadau sylweddol a adnabuwyd gan adroddiadau a gynhyrchir gan arbenigwyr allanol
- Cwblhau camau cywirol.
- Adolygu anghenion hyfforddi.

Bydd arbenigwyr allanol ynghyd â chyrff proffesiynol eraill yn hysbysu uwch reolwyr o unrhyw newidiadau perthnasol i iechyd a diogelwch. Bydd rheolwyr yn lledaenu'r wybodaeth hon i'r holl weithwyr perthnasol.

Os bydd unrhyw ymwelwyr neu gwsmeriaid yn mynegi pryderon o ran iechyd a diogelwch, bydd yr uwch reolwyr yn ymchwilio i'r mater ac os yw'n ofynnol, yn cymryd camau priodol i ddelio â'r mater.

Y Rheoliadau Oriau Gwaith

Mae'r Rheoliadau Oriau Gwaith yn gosod safonau gofynnol ar gyfer oriau gwaith, gorffwys a gwyliau. Ac eithrio gweithwyr ifanc, y rheini a ddiffinnir eu bod dros oed gadael ysgol ond yn iau na 18 oed, nid yw'r Rheoliadau yn berthnasol i weithwyr o fewn rhai galwedigaethau a chymhwysedd cyfyngedig sydd gan y Rheoliadau i rai gweithwyr yn y sector trafnidiaeth, ac i grwpiau eraill o weithwyr sy'n eithriedig yn rhannol.

Ceir rheolau arbennig ar gyfer gweithwyr nos ac ar gyfer 'achosion arbennig eraill', sy'n cynnwys yr isod:-

- Y rheini y mae eu lleoliad gwaith yn bell o'u cartref neu y mae eu lleoliadau gwaith yn bell oddi wrth ei gilydd.
- Y rheini sy'n gweithio o fewn gweithgareddau diogelwch a gwyliadwriaeth sy'n gofyn am bresenoldeb parhaol er mwyn amddiffyn eiddo ac unigolion.
- Y rheini y mae eu gweithgareddau gwaith yn gofyn am wasanaeth neu gynhyrchiad parhaus, gan gynnwys ysbytai, sefydliadau preswyl, dociau, meysydd awyr, y cyfryngau a phrosesau parhaus.
- Y rheini y mae eu gwaith yn dymhorol, gan gynnwys twristiaeth.
- Y rheini y mae eu gweithgareddau wedi'u heffeithio gan 'force majeur', sy'n cynnwys amgylchiadau anarferol neu anrhagweladwy neu ddigwyddiadau eithriadol sydd y tu hwnt i reolaeth eu cyflogwr neu ble ceir damwain neu risg o ddamwain ar fin digwydd.

Cynnwys

- Mynedfa ac Allanfa
- Adrodd ar ddamweiniau i staff, contractwyr , aelodau o’r cyhoedd
- Camddefnydd alcohol a chyffuriau
- Asbestos yn y gwaith
- Terfysgaeth
- Amddiffyn plant
- Glanhau a Diheintio
- Contractwyr
- Rheoli Heintiau
- Rheoliadau rholi sylweddau peryglus i iechyd (COSHH)
- Diabetes
- Rheolau disgyblaeth
- Cyfarpar Sgrin arddangos
- Gyrru yn y Gwaith
- Trydan
- Epilepsi
- Tan
- Cymorth cyntaf yn y gweithle
- Adrodd ar beryglon
- Cadw Trefn
- Gwybodaeth, cyfarwyddyd a hyfforddiant
- Diogelwch yn y gegin
- Ysgolion ac Ysgolion Bach
- Goleuadau
- Gweithwyr unig/symudol
- Cynnal a chadw
- Codi a Chario
- Ffonau symudol
- Mamau newydd a Mamau beichiog
- Asthma galwedigaethol
- Hylendid personol - ardaloedd bwyd
- Cyfarpar diogelu personol
- Offer a chyfarpar trydan symudol
- Asesiad Risg
- Pentyrru a Storio
- Ymweliadau gan swyddog gorfodi

- Gwaredu gwastraff
- Tymheredd dwr ac arwynebau poeth
- Adnoddau Staff
- Cyfarpar gwaith
- Pobl Ifanc.

Mynediad ac allanfa

Disgrifiad

Mae mynediad ac allanfa yn cynnwys symud pobl, cyfarpar a cherbydau i mewn i'r gweithle, o'i amgylch ac allan ohono.

Peryglon cysylltiol

- Llithro, baglu a disgyn.
- Gwrthrychau'n disgyn.
- Symudiad cerbydau.
- Llawr anwastad/â rhwystrau.
- Ceblau rhydd.
- Agoriad yn y llawr.
- Goleuadau anaddas/annigonol.

Cyfrifoldebau'r Cyflogwr

Bydd Urdd Gobaith Cymru yn sicrhau: -

- Bod trefniadau a gweithdrefnau wedi'u sefydlu i sicrhau diogelwch cerddwyr a rhannu cerddwyr/cerbydau ble bo hynny'n bosibl.
- Nad oes unrhyw beth na sylwedd yn effeithio ar fynediad ac allanfa diogel yn yr eiddo a bod gwrthrychau a allai gyfyngu ar symud yn ddiogel o fewn yr eiddo yn cael eu symud ar unwaith.
- Bod unrhyw gyfyngiadau mynediad yn cael eu bodloni, fel y gellir gwarantu trefniadau gwaith addas a diogel mewn ardaloedd o risg uchel.
- Bod gorchuddion addas yn cael eu darparu a'u bod yn cael eu rhoi yn eu lle dros agoriadau yn y llawr, neu fod ffensys diogelwch addas (deunydd cadarn - nid yw cadwynau hyblyg yn dderbyniol) yn eu lle.
- Bod gorchuddion llawr mewn cyflwr da ac yn rhydd rhag peryglon llithro a baglu.
- Bod ymylon grisiau yn cael eu marcio'n glir a bod grisiau, coridorau ac ardaloedd gwaith wedi'u goleuo'n dda gyda chanllawiau addas wrth y grisiau.
- Y bydd yr holl gontractwyr yn cael eu monitro'n agos i sicrhau nad ydynt yn amharu ar fynediad/allanfa diogel y personél wrth weithio yn yr eiddo.
- Bydd y polisi hwn yn amodol ar fonitro ac adolygu rheolaidd.

Cyfrifoldebau'r gweithiwr

- Dilyn cyngor a gwybodaeth a roddir gan y cyflogwr mewn perthynas â mynediad ac allanfa diogel.
- Gwirio'n rheolaidd bod digon o le i symud o amgylch eu hardal waith yn rhydd a lle fo'n ofynnol adrodd ar unrhyw broblemau.
- Adrodd ar unrhyw sefyllfa wrth y cyflogwr lle fo mynediad ac allanfa diogel wedi'i gyfyngu neu wedi'i rwystro er mwyn gwneud trefniadau ar gyfer cymryd camau adferol priodol.

Adrodd ar ddamweiniau i staff, contractwyr, aelodau a'r cyhoedd

Disgrifiad

Mae peryglon yn bresennol yn yr holl fannau gwaith. Dylai'r mesurau rheoli sy'n cael eu rhoi ar waith leihau'r peryglon hynny i lefel dderbyniol er mwyn atal damweiniau ac achosion salwch. Diben y trefniant hwn yw cynnig cyngor ac arweiniad i'r holl weithwyr ynghyd â'r wybodaeth sy'n angenrheidiol ar gyfer yr adrodd a'r ymchwiliad dilynol i ddamweiniau, digwyddiadau a damweiniau fu bron a digwydd. Mae damwain yn ddigwyddiad heb ei gynllunio sy'n arwain at anaf personol neu ddifrod i eiddo, offer neu gyfarpar.

Cyfrifoldebau'r Cyflogwr

Bydd Urdd Gobaith Cymru: -

- Yn sicrhau bod trefniadau trefniadaethol addas yn cael eu gwneud er mwyn sicrhau bod yr holl ddamweiniau a digwyddiadau sy'n digwydd ar yr eiddo neu sy'n gysylltiedig â gweithgareddau'r busnes wedi'u cofnodi'n ddigonol.
- Ble bo hynny'n bosibl, yn rhoi gwybod i'r awdurdod perthnasol e.e. Riddor, am unrhyw ddamweiniau, digwyddiadau peryglus a digwyddiadau salwch sy'n ymwneud â'r gwaith.
- Mewn achos o ddamwain neu ddigwyddiad a fyddai'n arwain at anaf, yn sicrhau bod triniaeth Cymorth Cyntaf priodol yn cael ei rhoi.
- Yn sicrhau bod yr holl weithwyr wedi'u hyfforddi'n ddigonol i ymgymryd â'u gwaith yn ddiogel a bod gwybodaeth yn cael ei rhoi iddynt ar arferion gwaith diogel ac atal damweiniau.

Bydd person enwebedig yn rhoi gwybod i'r awdurdod gorfodi heb oedi (e.e. dros y ffôn) os ceir damwain sy'n gysylltiedig â'r gwaith ac: -

- Os yw gweithiwr, neu berson hunangyflogedig sy'n gweithio i'r sefydliad neu ar ei ran, yn cael ei ladd neu'n dioddef anaf difrifol (yn cynnwys o ganlyniad i drais corfforol).
- Os yw aelod o'r cyhoedd yn cael ei ladd neu os yw'n mynd yn uniongyrchol i'r ysbyty.

Yn ogystal, bydd Urdd Gobaith Cymru yn sicrhau: -

- Bod pob damwain a digwyddiad yn cael ei ymchwilio, pa mor fach bynnag ydynt, er mwyn sicrhau y cymerir y camau cywir i osgoi ailadrodd. Yn y rhan fwyaf o achosion, bydd y manylion a gynhwysir o fewn y llyfr damweiniau gyfystyr ag ymchwiliad.
- Bydd yr asesiadau risg yn cael eu hadolygu ac, os oes angen, cyflwynir mesurau rheoli pellach.
- Bydd strategaethau gwella yn cael eu gweithredu i helpu i osgoi neu leihau digwyddiadau, ac felly leihau'r risg o niwed yn y dyfodol.

Ymhlith yr achosion yr adroddir amdanynt yn arferol y mae'r isod, nid yw'r rhestr hon yn hollgynhwysfawr a byddwn yn cysylltu â chwmni yswiriant y mudiad am arweiniad, cymorth ac eglurder pellach.

Anaf dros dri diwrnod

Mae hwn yn anaf, nad yw'n un mawr, ond sy'n golygu bod yr unigolyn sydd wedi'i anafu yn absennol o'r gwaith neu yn methu ymgymryd â'i ddyletswyddau arferol am fwy na thridiau. Ar wahân i ddiwrnod y ddamwain, mae penwythnosau a dyddiau na fyddent fel arfer yn cael eu gweithio, megis diwrnodau gorffwys, yn cael eu cyfrif.

Anafiadau Mawr
- Torasgwrn ac eithrio bysedd, bysedd bawd neu fysedd troed.
- Torri rhan o'r corff i ffwrdd.
- Datgymalu'r ysgwydd, y glun, y pen-glin neu'r asgwrn cefn.
- Colli golwg (dros dro neu'n barhaol).
- Llosgiad cemegol neu fetel poeth i'r llygad neu anaf i'r llygad.

Clefyd cysylltiedig â'r gwaith
- Rhai mathau o wenwyno
- Clefyd croen megis dermatitis galwedigaethol.
- Cancr croen neu acne.

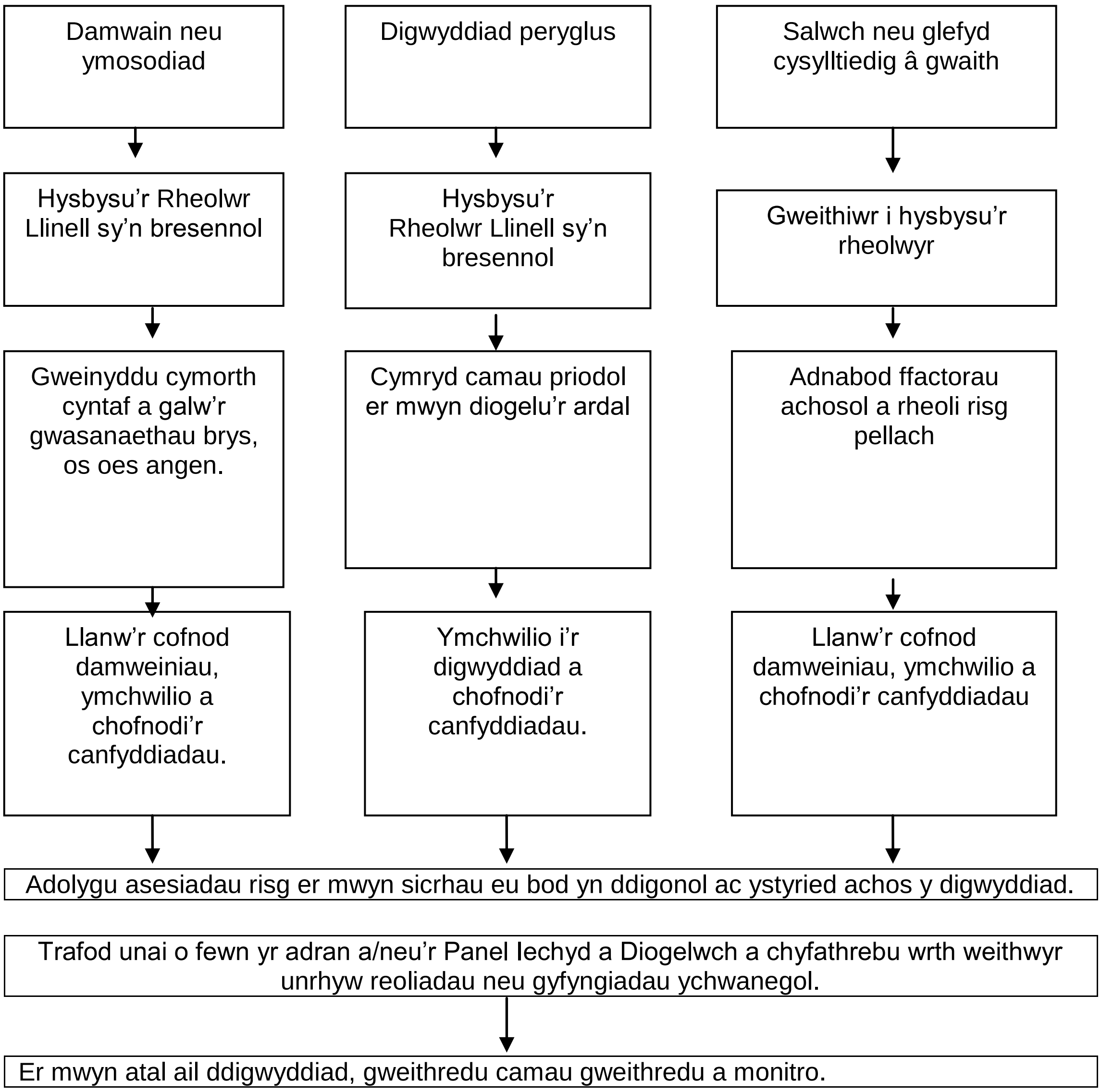
Digwyddiad peryglus
- Cwympiad, dymchwelyd neu rannau sy'n dal pwysau lifftiau neu gyfarpar codi yn methu.
- Plentyn ar goll?
- Offer neu gyfarpar yn dod i gysylltiad gyda llinell trydan uwchben.
- Cylched fer drydanol neu orlwytho yn achosi tân neu ffrwydrad.

Cyfrifoldebau gweithwyr

Rhaid i unrhyw weithiwr sy'n gysylltiedig â damwain, neu'n ymwybodol o un, yn y gwaith gadw at y weithdrefn adrodd ar ddamwain a hysbysu'r cyflogwr, naill ai ar lafar neu'n ysgrifenedig cyn gynted â phosibl ar ôl i'r damwain ddigwydd. Bydd yr unigolyn enwebedig yn llanw'r dogfennau angenrheidiol gan gynnwys cofnod yn y llyfr damweiniau, ymchwilio a chydymffurfio gydag unrhyw ofynion hysbysu ac adrodd.

Siart llif adrodd ar ddamweiniau

Siart llif adrodd ar ddamweiniau



Camddefnyddio alcohol a chyffuriau

Disgrifiad

Ceir tystiolaeth bod effeithiau yfed neu ddefnyddio neu gamddefnyddio cyffuriau yn gallu gostwng perfformiad personol ac o bosibl cynyddu cyfraddau absenoldeb. Mewn swyddi lle fo diogelwch yn bennaf, megis y diwydiant trafnidiaeth, mae unrhyw ffurf ar broblemau cysylltiedig â chyffuriau neu alcohol yn faterion difrifol iawn ac o dan rai amgylchiadau gallai fod yn drosedd. Mae cwmpas y polisi hwn yn ymestyn i alcohol, cyffuriau neu sylweddau anghyfreithlon a meddyginiaeth dros y cownter neu ar bresgripsiwn os ydynt yn cael eu camddefnyddio neu eu cymryd mewn modd anghyfrifol.

Peryglon cysylltiedig

- Amhariad ar y cyd-drefniant.
- Anallu i yrru neu ddefnyddio cyfarpar yn ddiogel.
- Diffyg ymwybyddiaeth, dyfarniad a synnwyr perygl.

Cyfrifoldebau'r Cyflogwr

Bydd Urdd Gobaith Cymru yn: -

- Ceisio adnabod problemau yn gynnar ac felly'n lleihau'r risg a gyflwynir i iechyd a diogelwch gweithwyr ac eraill.
- Sicrhau bod trefniadau priodol yn cael eu sefydlu i leihau'r tebygolrwydd o gam-drin alcohol, cyffuriau a sylweddau yn digwydd.
- Cydnabod bod problemau cyffuriau ac alcohol yn gyflyrau meddygol y gellid eu trin.
- Yn ymdrin â'r holl wybodaeth yn gwbl gyfrinachol.

Gweithdrefnau disgyblaeth

- Os daw problemau cysylltiedig ag alcohol neu gyffuriau i'r golwg sy'n arwain at ymddygiad neu berfformiad annerbyniol hwyrach yr ymdrinnir â hwy yn unol â'n gweithdrefnau disgyblaeth.
- Gallai ymddygiad neu berfformiad sy'n cael ei ystyried yn annerbyniol ac yn gysylltiedig â chamddefnyddio alcohol neu gyffuriau, gan ddibynnu ar amgylchiadau achos unigol, arwain at ddiswyddiad diannod.

Cyfrifoldebau gweithwyr

Rhaid i weithwyr:-

- Beidio â mynychu gwaith unrhyw bryd o dan ddylanwad niweidiol alcohol neu gyffuriau.
- Ceisio help yn wirfoddol os ydynt yn adnabod bod ganddynt broblem gysylltiedig ag alcohol neu gyffuriau.
- Cynghori'r cyflogwr os ydynt yn ymwybodol bod gan gydweithiwr broblem gysylltiedig ag alcohol neu gyffuriau sy'n effeithio ar eu gwaith. Bydd hyn yn sicrhau bod y gweithiwr yn derbyn y gefnogaeth a'r cymorth angenrheidiol sy'n ofynnol.

Asbestos yn y Gweithle

Disgrifiad

Mae Asbestos yn fwyn naturiol. Mae ei briodweddau naturiol yn cynnwys y gallu i wrthsefyll tymereddau uchel a cherrynt trydanol. Fodd bynnag, gall anadlu aer sy'n cynnwys ffibrau asbestos arwain at afiechydon sy'n ymwneud ag asbestos, yn bennaf cancr yr ysgyfaint a leinin y frest. Gall bod yn agored i lefel isel ohono dro ar ôl tro, er enghraifft wrth ymgymryd â gwaith atgyweirio rheolaidd, hefyd arwain at gancr. Mae ysmygwyr a allai fod yn agored i lwch o gynhyrchion asbestos neu ddeunyddiau sy'n cynnwys asbestos wrth risg llawer yn fwy o ddatblygu afiechydon yr ysgyfaint sy'n ymwneud ag asbestos na phobl nad ydynt yn ysmygu.

Peryglon cysylltiedig

- Asbestosis.
- Mesothelioma.
- Cancr yr ysgyfaint.

Cyfrifoldebau'r Cyflogwr

Er mwyn lleihau'r tebygolrwydd o fod yn agored i effeithiau asbestos neu ddeunyddiau sy'n cynnwys asbestos, bydd Urdd Gobaith Cymru yn: -

- Cymryd camau rhesymol i ddarganfod a oes deunyddiau sy'n cynnwys asbestos mewn eiddo annomestig, ac os oes asbestos yno, faint sydd yno, ymhle y mae ac ym mha gyflwr y mae.
- Tybio bod deunyddiau'n cynnwys asbestos oni bai bod tystiolaeth gref nad ydynt yn ei gynnwys.
- Gwneud, ac yn diweddaru, cofnod o leoliad a chyflwr y deunyddiau sy'n cynnwys asbestos – neu ddeunyddiau y tybir eu bod yn cynnwys asbestos.
- Asesu'r risg bod unrhyw un yn agored i ffibrau o'r deunyddiau sydd wedi'u hadnabod.
- Paratoi cynllun sy'n nodi'n fanwl sut y rheolir y risg o'r deunyddiau hyn.
- Cymryd y camau angenrheidiol er mwyn gweithredu'r cynllun.
- Yn gyfnodol, yn adolygu ac yn monitro'r cynllun a'r trefniadau er mwyn gweithredu arno fel bod y cynllun yn parhau'n berthnasol ac yn ddiweddar.
- Darparu gwybodaeth ar leoliad a chyflwr y deunyddiau i unrhyw un sy'n debyg o weithio arnynt neu ymyrryd â hwy.
- Hyrwyddo ymwybyddiaeth o'r risgiau o ddeunyddiau sy'n cynnwys asbestos a gweithdrefnau rheoli'r cwmni drwy hyfforddi a sefydlu staff.
- Sicrhau y darperir crynodeb i'r holl gontractwyr a'r isgontractwyr sy'n ymgymryd â gwaith ar unrhyw rai o adeiladau'r cwmni, sy'n rhestru'r holl eiddo a allai gynnwys asbestos, ac y rhoddir gwybod iddynt am y rhagofalon a'r trefnau priodol i'w dilyn.

Cyfrifoldebau contractwyr ac isgontractwyr

Cyn ymgymryd ag unrhyw waith gan gontractwyr neu isgontractwyr ar unrhyw adeilad a reolir gan y cwmni, rhaid i'r unigolyn sy'n rheoli'r gwaith wirio'r gofrestr asbestos ar gyfer cofnodion yn ymwneud â'r eiddo hwnnw. Os yw asbestos yn cael ei adnabod, rhaid ymgymryd â'r rhagofalon priodol. Os nad oes gwybodaeth ar gael, rhaid tybio bod deunyddiau sy'n cynnwys asbestos yn yr eiddo.

Rhaid i'r contractwyr a'r isgontractwyr fod wedi derbyn hyfforddiant ymwybyddiaeth o asbestos cyn cychwyn ar unrhyw waith a rhaid cyflwyno dogfennau i gefnogi'r hyfforddiant hwn.

Rhaid i gontractwyr neu isgontractwyr y mae Urdd Gobaith Cymru yn eu defnyddio i wneud gwaith ar ddeunyddiau sy'n cynnwys asbestos, ar wahân i sment asbestos, fod wedi'u cofrestru gyda'r *Asbestos Removal Contractors Association (ARCA)* a rhaid iddynt fod wedi'u trwyddedu yn unol â'r Rheoliadau Trwyddedu Asbestos ac unrhyw reoliadau trwyddedu yn y dyfodol. Rhaid i'r contractwr gyflwyno "cynllun gwaith" a datganiad dull, sy'n rhoi manylion o sut y gwneir y gwaith, cyn dechrau ar y gwaith.

<u>Cyfrifoldebau gweithwyr</u>

Bydd gweithwyr: -

- Yn adrodd ar unrhyw achos o fod yn agored i lwch asbestos ar ddamwain i'r cyflogwr.
- Yn dilyn unrhyw wybodaeth, cyfarwyddiadau a hyfforddiant a roddir i osgoi anafiadau neu salwch.
- Yn cydweithredu â threfniadau'r rheolwyr ar gyfer iechyd a diogelwch.

Rheoli Asbestos

Ydych chi'n gyfrifol am gynnal a chadw ac atgyweirio adeiladau annomestig?

Ydw

Na

A gafodd yr adeilad ei adeildu cyn 2000?

Do

Na

A oes gennych unrhyw wybodaeth am asbestos yn eich adeilad e.e. arolygon?

Oes

Na

Rydych yn ddaliwr ar ddyletswydd ac yn gyfrifol am reoli asbestos.

Rhaid i chi dybio bod asbestos yn bresennol.

Defnyddiwch y wybodaeth hon fel man cychwyn.

Cerddwch o amgylch eich adeilad – nodwch pa ddeunyddiau a allai gynnwys asbestos.

Gweithredwch ar unrhyw ddifrod.
Os oes angen i chi atgyweirio neu symud deunydd sydd wedi'i ddifrodi, mae'n bosibl y bydd angen contractwr trwyddedig.

Cadwch gofnod ysgrifenedig o ymhle mae'r asbestos ac ym mha gyflwr y mae. Hefyd, cofnodwch y rolau a'r cyfrifoldebau yng nghyswllt rheoli asbestos.

Dywedwch wrth bobl ymhle y mae'r asbestos, a labelwch yr holl asbestos y gwyddir amdano neu a dybir. Ystyriwch weithwyr a chontractwyr cynnal a chadw.

Cadwch y cofnodion yn ddiweddar. Gwiriwch ddeunyddiau sy'n cynnwys asbestos yn rheolaidd er mwyn sicrhau nad ydynt wedi gwaethygu. Diweddarwch eich cynllun yn ôl yr angen a gweithredwch os bydd dirywiad wedi bod.

Terfysgaeth

Disgrifiad

Mae derbyn neu osod dyfeisiau ffrwydrol neu ddyfeisiau peryglus posibl eraill yn berygl i'r holl eiddo.

Y nod bob amser yw sicrhau bod gweithdrefnau effeithiol yn cael eu sefydlu sy'n cael eu deall yn glir er mwyn sicrhau, hyd y gellir yn ymarferol, diogelwch yr holl unigolion ar yr eiddo.

Peryglon cysylltiol

- Tân a ffrwydrad.
- Marwolaethau/anafiadau mawr

Cyfrifoldebau'r Cyflogwr

Bydd Urdd Gobaith Cymru yn cymryd mesurau priodol y mae'n teimlo sy'n ddigonol i reoli'r bygythiad a godir, drwy: -

- Ymgymryd ag asesiad risg ar gyfer bygythiad bomio.
- Gweithredu rhagofalon a gweithdrefnau wrth ymdrin â bygythiadau bomio.
- Sicrhau bod y staff perthnasol yn derbyn yr hyfforddiant angenrheidiol ac yn deall yn glir beth yw'r trefnau ar gyfer bygythiad bomio.
- Cydlynu a chyfarwyddo gweithwyr ac eraill, gan gynnwys ymwelwyr, mewn achos o fygythiad bomio.
- Adrodd am yr holl ddigwyddiadau bygythiad bomio i'r heddlu.
- Adnabod yr holl staff a allai, o bosibl, dderbyn bygythiad bomio a sicrhau eu bod wedi'u hyfforddi mewn gweithdrefnau trin neu o leiaf fod ganddynt fynediad rhwydd at gyfarwyddiadau – ac yn gwybod ble y cedwir y rhain.
- Llunio rhestr glir a hygyrch o gamau i'w cymryd ar ôl derbyn galwad, gan sicrhau y gellir ei hargraffu a'i gosod ar waliau neu ddesgiau, fel y gall staff ei gweld ar unwaith.
- Sicrhau bod yr holl staff yn ymwybodol o'u rolau.
- Ymarfer gweithdrefnau bygythiad bomio fel rhan o drefnau gwacáu.

Cyfrifoldebau gweithwyr

- Rhaid i weithwyr wybod beth i'w wneud mewn achos o fygythiad bom a chymryd y camau priodol.
- Rhaid i weithwyr gymryd rhan mewn hyfforddiant a gwacâd rhybudd bom.
- Rhaid i weithwyr beidio byth â chyfaddawdu ar ddiogelwch eiddo mewn unrhyw ffordd.

Amddiffyn Plant

Disgrifiad

Mae cam-drin plant yn digwydd ym mhob gwlad ac o fewn pob cymdeithas ac mae'n cynnwys cam-drin corfforol, rhywiol ac emosiynol ac esgeuluso plant.

Diffiniadau statudol ar gam-drin plant er mwyn eu nodi ar y gofrestr amddiffyn plant yw:

- Esgeuluso :- esgeuluso plentyn yn barhaus neu'n ddifrifol, neu fethiant i amddiffyn plentyn rhag bod yn agored i unrhyw fath o berygl, gan gynnwys oerfel, newyn neu fethiant difrifol i ymgymryd ag agweddau pwysig ar ofal, sy'n arwain at nam sylweddol i iechyd neu ddatblygiad plentyn, gan gynnwys diffyg ffyniant anorganig.
- Anaf corfforol :- anaf corfforol gwirioneddol neu debygol i blentyn neu fethiant i atal anaf corfforol (neu ddioddefaint) i blentyn gan gynnwys gwenwyno bwriadol, mygfa a syndrom Munchausen drwy brocsi..
- Camdriniaeth rywiol:- ecsploetio plentyn neu berson ifanc yn rhywiol yn wirioneddol neu'n debygol. Gallai'r plentyn fod yn ddibynnol a/neu yn anaeddfed yn ddatblygiadol.
- Camdriniaeth emosiynol: - effaith wrthwynebus difrifol wirioneddol neu debygol ar ddatblygiad emosiynol neu ymddygiadol plentyn a achosir gan gamdriniaeth neu wrthodiad emosiynol parhaus neu ddifrifol.

Arwyddion cam-drin cysylltiedig

Y tu hwnt i arwyddion amlwg camdriniaeth gorfforol, megis cleisiau, cyfarwyddir staff i edrych am arwyddion camdriniaeth emosiynol neu rywiol, megis: -

- Newidiadau sydyn mewn ymddygiad a/neu ddirywiad perfformiad.
- Anhawster wrth ymddiried neu herfeiddiad eraill, pryder gormodol neu hunan-barch isel.
- Gwybodaeth o faterion rhywiol y tu hwnt i'r disgwyl.
- Angen cryf ar gyfer anwyldeb, weithiau yn cael ei fynegi yn nhermau corfforol.
- Doluriau a phoenau aml sy'n deillio o bosibl o salwch seicosomatig.

Wrth gwrs, mae nifer o arwyddion eraill o gamdriniaeth, ond rhaid deall nad yw presenoldeb symptomau o'r fath o reidrwydd yn arwydd o bresenoldeb gamdriniaeth – gallant fod oherwydd nifer o achosion eraill.

Cyfrifoldebau'r Cyflogwr

Bydd Urdd Gobaith Cymru yn ceisio rhoi gwybod am faterion amddiffyn plant, a chodi ymwybyddiaeth ohonynt, a bydd yn sicrhau bod staff wedi'u hyfforddi ynghylch y gofynion ar gyfer adrodd ar unrhyw amheuaeth o gamdriniaeth a sut i weithredu'r weithdrefn gywir, gan gynnwys unrhyw ymchwiliad ac adrodd i'r awdurdod perthnasol.

Yn yr holl achosion a amheuir o gam-drin plant, pan mae mater o'r fath yn cael ei adrodd, bydd person enwebedig yn siarad â'r plentyn dan sylw ac ar sail y sgwrs ac unrhyw dystiolaeth arall a gyflwynir, bydd yn penderfynu ar ba gamau pellach y dylid eu cymryd.

Os yw plentyn yn siarad â gweithiwr ac yn gwneud cyhuddiadau o gamdriniaeth, byddwn yn credu'r rhain ar y pryd hyd oni y gellir ymgymryd ag ymchwiliad iawn.
Os yw'r person enwebedig yn penderfynu fod sail ar gyfer amheuaeth o gam-drin, mae'n gyfrifol am gysylltu â'r Gwasanaethau Cymdeithasol.

Beth bynnag yw'r drefn adref, ni fydd rheoli a disgyblu ar yr eiddo hwn yn cynnwys cosb gorfforol. Mae gan bawb gyfrifoldeb i helpu i greu lle diogel i blant ac anogir bod yn agored ynghylch pryderon yn ymwneud â materion amddiffyn plant, mae cam-drin plant yn ffynnu ar gyfrinachedd.

Cyfrifoldebau gweithwyr

- Adrodd ar unrhyw amheuon neu sgyrsiau sy'n nodi bod camdriniaeth wedi digwydd.
- Hysbysu'r cyflogwr os credant fod rhywun yn gweithredu mewn modd anniogel, neu mewn ffyrdd a allai gael eu camddehongli.
- Peidiwch â chwestiynu na mynd at rieni, gwarcheidwaid neu blant eraill yn y teulu.

Gweler Polisi a Gweithdrefnau Plant Urdd Gobaith Cymru

Glanhau a diheintio

Disgrifiad

Rhaid i bawb sy'n gysylltiedig â'r gweithle fod yn ymrwymedig i sicrhau bod safonau boddhaol o hylendid yn cael eu cyflawni. Bydd y safonau angenrheidiol yn cael eu cyfathrebu a'u hatgyfnerthu yn glir ac yn effeithiol gan y rheolwyr. Bydd amserlenni glanhau yn cael eu datblygu fel cyswllt cyfathrebu rhwng rheolwyr a staff ac maent yn angenrheidiol i sicrhau bod eiddo a chyfarpar yn cael eu glanhau yn effeithiol ac os yw'n angenrheidiol, eu diheintio.

Peryglon cysylltiedig

- Storio a thrin cemegau.
- Cymysgu cemegau mewn gwahanol gynhwysyddion.
- Llithro, baglu a chwympo.
- Dermatitis.

Cyfrifoldebau'r Cyflogwr

Mae gan Urdd Gobaith Cymru gyfrifoldeb i ffurfioli glanhau o fewn y gweithle, mae amserlenni glanhau wedi'u creu sy'n amlinellu: -

- Beth sydd angen ei lanhau e.e. lloriau, cyfleusterau, arwynebau gwaith, offer ayb.
- Pwy ddylai ymgymryd â'r prosesau glanhau e.e. staff cegin, glanhawyr ayb.
- Amlder y gweithdrefnau glanhau yr ymgymerir â hwy e.e. yn ddyddiol/wythnosol.
- Sut y dylid ymgymryd â'r broses glanhau e.e. pa un a oes angen symud cyfarpar er mwyn ymgymryd â'r trefnau glanhau.
- Pa gemegau/diheintyddion ac offer glanhau y dylid eu defnyddio e.e. brwsys, rhawiau, pibellau ayb.

Yn ogystal, bydd y cwmni yn: -

- Hyfforddi ac yn goruchwylio staff dibrofiad hyd oni eu bod yn gymwys i ymgymryd â'r gweithgaredd yn ddiogel ar eu pennau eu hunain.
- Ymgymryd ag asesiadau risg addas a digonol ar gyfer y gweithgareddau gwaith perthnasol.
- Datblygu system waith diogel ac yn hyfforddi staff.
- Sicrhau bod taflenni data cemegol ar gael bob amser.

Cyfrifoldebau gweithwyr

- Cydweithredu gyda'r cyflogwr mewn perthynas â chynnal a glanhau a chymhennu'r gweithle.
- Cadw at hyfforddiant, arweiniad a chyfarwyddyd er mwyn atal anafiadau neu salwch.
- Defnyddio cyfarpar diogelu personol a ddarperir.
- Adrodd wrth y cyflogwr ar unrhyw beryglon neu sefyllfa beryglus.
- Cydweithredu gyda threfniadau rheoli ar gyfer iechyd a diogelwch.

Contractwyr

Disgrifiad

Contractwr yw unrhyw un sy'n ymgymryd â gwaith ar ein rhan ond nad yw'n weithiwr uniongyrchol. Gellir cyflogi contractwyr i ymgymryd â gwaith cynnal a chadw, atgyweiriadau, gosod, adeiladu, glanhau ffenestri, peirianneg a nifer o swyddi eraill. Fel arfer, ymdrinnir â gwaith sy'n cael ei wneud ar gyfer cleient gan gontractwr drwy gontract sifil.

Er ei bod hi'n arfer da i ofynion iechyd a diogelwch gael eu hysgrifennu o fewn contractau o'r fath, diffinnir cyfrifoldebau iechyd a diogelwch gan gyfraith droseddol ac ni ellir eu trosglwyddo i rywun arall drwy gontract.

Felly, mewn unrhyw berthynas cleient/contractwr, bydd gan y ddwy ochr ddyletswyddau dan gyfraith iechyd a diogelwch. Mae contractwyr yn arbennig o fregus a gallant roi gweithwyr y cleient ei hun wrth risg.

Peryglon cysylltiedig

- Tir llygredig.
- Symudiadau traffig safle.
- Cloddiannau.
- Gweithio ar uchder.
- Anafiadau codi a chario.
- Deunyddiau/sylweddau peryglus.

Cyfrifoldebau'r Cyflogwr

Bydd Urdd Gobaith Cymru yn sicrhau y dewisir ac y penodir contractwyr cymwys wrth ystyried: -

- Peryglon ar y safle.
- Rheolau'r safle a gweithdrefnau diogelwch.
- Pa un a oes angen dillad diogelu, a'u dewis nhw.
- Unrhyw gyfarpar arbennig sydd eu hangen.
- Gwybodaeth, cyfarwyddiadau a hyfforddiant.

Materion eraill y rhoir sylw iddynt yw: -

- Sicrhau yr asesir y risgiau sy'n gysylltiedig â'r gwaith.
- Cynnwys gweithrediadau'r contractwr yn yr holl archwiliadau/ymchwiliadau diogelwch, gan roi sylw arbennig i fynediad ac allanfa.
- Rhoi gwybod i staff os yw contractwyr yn gweithio yn eu hardal benodol hwy.
- Rheoli, goruchwylio, cydweithredu a chydlynu'r contractwyr pan fyddant ar y safle.
- Sicrhau bod contractwyr yn darparu ac yn defnyddio offer a chyfarpar diogel a'r holl gyfarpar diogelu personol angenrheidiol.

Gwirio bod gwaith wedi'i gwblhau yn foddhaol a bod yr ardal wedi'i gadael mewn cyflwr diogel a bod yr holl falurion ac offer wedi'u symud.

Cyfrifoldebau contractwyr / is-gontractwyr

Rhaid i'r holl is-gontractwyr sy'n ymgymryd â gwaith ar ein rhan ni: -

- Dderbyn cyfrifoldeb am gydymffurfio â darpariaethau Deddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith ayyb 1974 a'r holl ddarpariaethau statudol eraill yng nghyswllt y gwaith sy'n creu'r contract.
- Darparu goruchwyliaeth addas a phriodol i gynllunio, rheoli a monitro'u gweithrediadau wedi ymgymryd ag asesiadau risg ar gyfer y gwaith.
- Cytuno ar yr asesiadau risg ac unrhyw ddatganiadau dull gyda'r cleient cyn dechrau ar y gwaith.
- Rhoi gwybod i'r cleient am unrhyw beryglon na ragwelwyd sy'n codi o'r gwaith i alluogi i'r rhagofalon angenrheidiol gael eu sefydlu.
- Ymgymryd â gwaith trydanol a gwaith sy'n ymwneud â'r defnydd o offer a chyfarpar trydanol yn unol â'r rheoliadau priodol.
- Sicrhau bod yr offer a'r peiriannau sy'n cael eu cario i'r safle wedi'u diogelu'n llawn ac yn cydymffurfio â gofynion Rheoliadau Darparu a Defnyddio Cyfarpar Gwaith (PUWER).
- Sicrhau bod tystysgrifau prawf a gyhoeddir gan berson cymwys ar gyfer cyfarpar megis offer codi, cywasgyddion aer ac offer pwysedd ar gael i'w harchwilio.
- Adrodd am yr holl ddamweiniau i'r cleient ar unwaith fel y gallant gofnodi'r digwyddiad yn y llyfr damweiniau.

Rheoli heintiau

Disgrifiad

Oherwydd ffactorau swyddi cynhenid, hwyrach y bydd risgiau o weithwyr yn agored i beryglon corfforol a biolegol megis gwaed.

Mae rheoli heintiau yn rhan bwysig o raglen rheoli risgiau effeithiol i wella ansawdd gofal ac iechyd galwedigaethol staff. Ein polisi yw ceisio isafu'r risgiau i weithwyr o haint tra'u bod yn y gwaith.

Peryglon cysylltiedig

- Heintiau yn cael eu cludo yn y gwaed.
- Bacteria, firysau a ffyngau
- Anafiadau miniog.
- Traws-heintiad.
- Gwastraff clinigol.

Nodyn: nid yw'r rhestr uchod o beryglon cysylltiedig â heintiau yn hollgynhwysfawr.

Diffiniadau o hylifau'r corff:- unrhyw hylif sydd i'w gael yn y corff, neu sy'n cael ei gynhyrchu yn y corff, neu ei dynnu o'r corff. Mae hyn yn cynnwys gwaed, wrin, ysgarthion, poer, dagrau, beil, chwŷd, crawn (pus), semen, hylif o'r wain, ac hylifau heintiedig eraill.

Cyfrifoldebau'r cyflogwr

Bydd Urdd Gobaith Cymru yn sicrhau y bydd asesiad risg yn adnabod: -

- Unigolion sydd wrth risg o heintiau yn y gweithle.
- Risg(iau) arwyddocaol sy'n deillio o haint yn y gweithle.
- Rheolaethau priodol i'w gweithredu.

Os yw risgiau arwyddocaol yn cael eu hadnabod, bydd Urdd Gobaith Cymru yn atal dinoethiad i ffynonellau o haint trwy naill ai: -

- Newid y ffordd y mae gweithwyr yn gweithio, fel nad yw'r swydd/tasg/cyfarpar sy'n cyflwyno risg o haint bellach yn ofynnol.
- Addasu'r gwaith i gael gwared ar unrhyw sgil-gynhyrchion neu wastraff peryglus.

Os nad yw'r opsiynau hyn yn rhesymol ymarferol, yna yn ychwanegol, bydd yr ymdriniaethau a ganlyn yn cael eu defnyddio ar gyfer rheoli haint: -

- Defnyddio egwyddorion rheoli sylfaenol ar hylendid galwedigaethol da.
- Defnyddio egwyddorion hylendid amgylcheddol da a chynllunio i roi'r gorau neu gyfyngu ar dwf micro-organeddau yn y gweithle.
- Darparu hyfforddiant neu arweiniad cymwys wrth reoli heintiau a systemau gwaith diogel.
- Sicrhau bod gweithwyr yn mabwysiadu technegau atal a rheoli heintiau diogel ac yn dilyn cyfarwyddiadau bob amser ac yn unol â'r hyfforddiant neu'r arweiniad a ddarperir.
- Darparu cyfarpar diogelu personol i'w rhoi i weithwyr am ddim, lle fo'n angenrheidiol, a lle fo'r risg o haint wedi'i adnabod.

- Penodi unigolyn cyfrifol gyda chyfrifoldeb ymarferol dros reoli heintiau.
- Gweithredu polisi atal a rheoli haint yn lleol.
- Herio arfer hylendid amhriodol.
- Cynghori a hysbysu'r staff ar fesurau priodol i ddelio gyda haint.
- Sicrhau bod staff yn ymgymryd â'r tasgau hynny'n unig y maent wedi'u hyfforddi'n ddigonol ar eu cyfer. Mae hyn yn cynnwys staff asiantaeth a dros dro.
- Sicrhau bod staff yn cael eu hysbysu o'r polisi hwn ac yn cydymffurfio ag ef.
- Ymchwilio i'r holl ddigwyddiadau rheoli heintiau a sicrhau bod unrhyw gamau dilynol yn cael eu cynllunio.
- Ceisio cyngor gan ymarferwyr cymwys yn feddygol mewn perthynas ag unrhyw faterion iechyd perthnasol.
- Monitro effeithlonrwydd y trefniadau.
- Adolygu'r trefniadau hyn yn rheolaidd, yn ôl yr angen.

Cyfrifoldebau gweithwyr

Er mwyn gofalu am eu hunain ac eraill o fewn gweithgareddau gwaith sy'n codi'r potensial ar gyfer heintiau a hefyd:-

- Dilyn hyfforddiant, arweiniad a chyfarwyddyd a roddir, er mwyn atal anaf neu salwch.
- Defnyddio adnoddau priodol i minimeiddio ar heintiau.
- Bod yn ymwybodol a dilyn polisïau a gweithdrefnau.
- Adrodd ar unrhyw fater iechyd, a allai effeithio ar eu gallu i weithio.
- Adrodd ar unrhyw ddamwain, digwyddiad neu ddamwain fu bron a digwydd trwy lanw adroddiad ar ddamwain.
- Defnyddio unrhyw gyfarpar a ddarperir, gan gynnwys Cyfarpar Diogelu Personol.
- Adrodd wrth eu goruchwylydd/cyflogwr ar unrhyw beryglon neu sefyllfaoedd peryglus.
- Cydweithredu gyda'r trefniadau rheoli ar gyfer iechyd a diogelwch.

Rheoliadau Rheoli Sylweddau Peryglus i Iechyd (COSHH)

Disgrifiad

Gallai defnyddio cemegau neu sylweddau peryglus eraill yn y gwaith roi iechyd pobl wrth risg, gan hynny, mae gofyn i gyflogwyr reoli cyswllt â sylweddau peryglus er mwyn atal salwch. Y nod yw amddiffyn gweithwyr ac eraill a allai ddod i gyswllt trwy gydymffurfio gyda'r Rheoliadau Rheoli Sylweddau Peryglus i Iechyd (COSHH) (fel y'u diwygiwyd).

Mae sylweddau peryglus yn cynnwys:-

- Sylweddau a ddefnyddiwyd yn uniongyrchol mewn gweithgareddau gwaith (e.e. peintiau, gludyddion, deunyddiau glanhau).
- Sylweddau a gynhyrchir yn ystod gweithgareddau gwaith (e.e. mygdarthau (fumes) sodro, weldio).
- Sylweddau sy'n cael eu creu'n naturiol (e.e. grawn, llwch).
- Asiantau biolegol (e.e. bacteria a micro-organebau eraill).

Gall effeithiau o sylweddau peryglus amrywio o boen ysgafn i'r llygad i glefyd ysgyfaint cronig neu hyd yn oed farwolaeth.

Peryglon cysylltiol

- Poen i'r croen
- Asthma.
- Colli ymwybod.
- Cancr.
- Haint o facteria a/neu ficro-organebau.

Sylwer: Nid yw'r rhestr hon o beryglon yn hollgynhwysfawr.

Cyfrifoldebau'r cyflogwr

Mae Urdd Gobaith Cymru yn adnabod ei chyfrifoldebau wrth ddarparu amgylchedd weithio diogel mewn perthynas â rheoli sylweddau sydd â'r potensial i fod yn beryglus a bydd yn: -

- Adnabod ac yn rhestru'r sylweddau peryglus hynny sy'n cael eu defnyddio neu eu storio o fewn eiddo'r cwmni.
- Adnabod yr holl weithgareddau gwaith sy'n debygol o gynhyrchu sylweddau peryglus.
- Sicrhau dalennau data perygl gan gyflenwyr.
- Adnabod pwy a allai gael eu heffeithio (e.e. gweithwyr, contractwyr, y cyhoedd).
- Penodi unigolyn cymwys i lanw a chofnodi asesiadau COSHH ac adolygu'r asesiadau yn rheolaidd os ystyrir nad ydynt bellach yn ddilys.

Os yw'n rhesymol ymarferol, bydd y cwmni yn atal dinoethiad trwy: -

- Newid y broses fel nad yw sylwedd peryglus yn ofynnol neu'n cael ei gynhyrchu.
- Ei newid gyda dewis amgen addas.
- Defnyddio'r sylwedd ar ffurf ddiogelach.

Os nad yw atal yn ymarferol, bydd y cwmni yn rheoli dinoethiad trwy: -

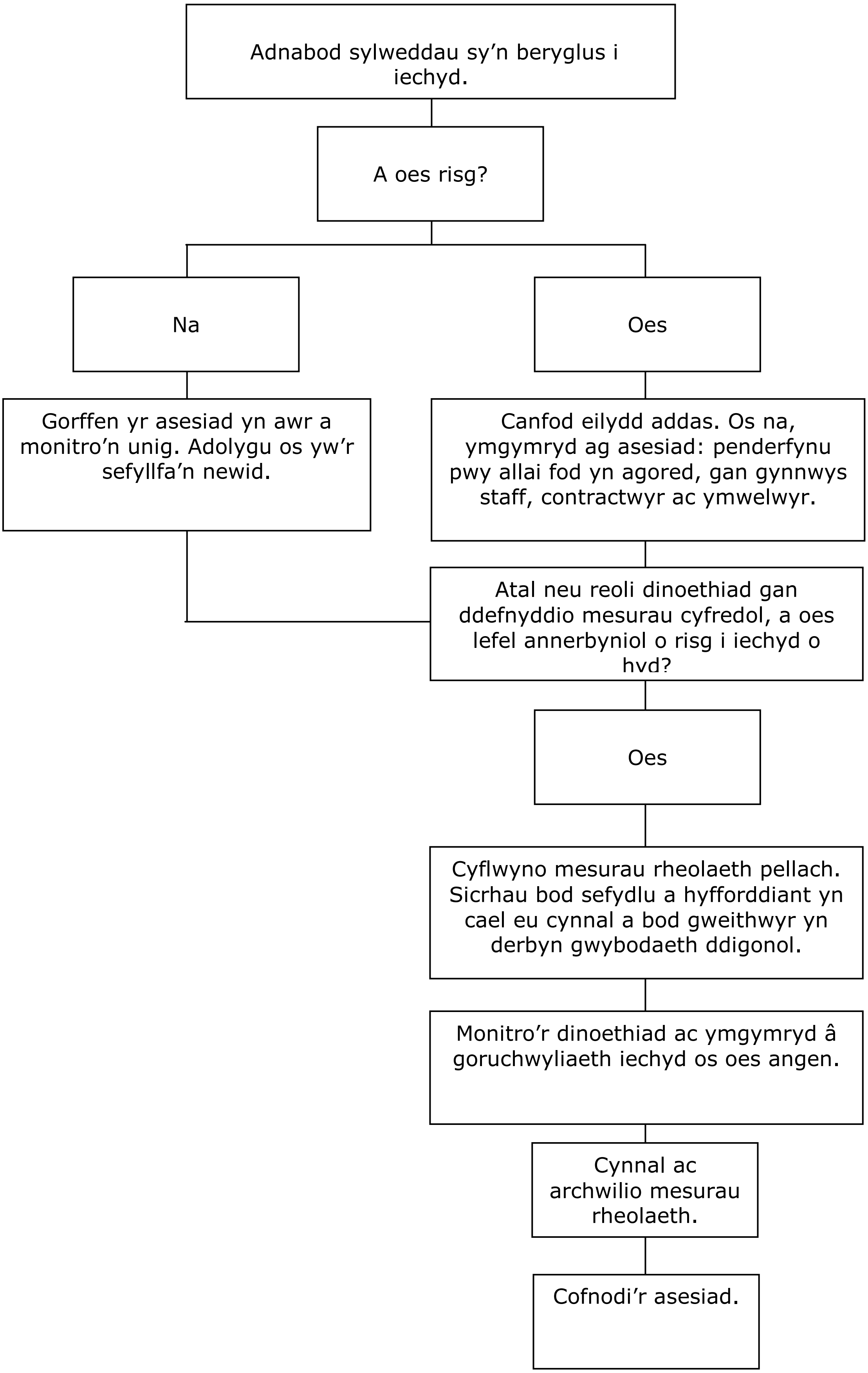
- Amgáu'r broses yn llwyr.
- Amgáu yn rhannol ac echdynnu.
- Defnyddio system waith a thrin sy'n isafu ar ollyngiadau, colledion a dihangfa'r sylwedd peryglus.
- Pennu'r angen i fonitro dinoethiad gweithiwr neu a oes angen goruchwyliaeth iechyd neu feddygol.
- Sicrhau bod mesurau rheoli (e.e. awyru ac echdynnu) yn parhau yn effeithiol trwy archwilio, profi a chynnal a chadw offer a chyfarpar.
- Cofnodi'r canfyddiadau mewn asesiad COSHH ac adolygu'r asesiad yn rheolaidd neu os ystyrir nad yw bellach yn ddilys.
- Darparu copi o bob asesiad COSHH perthnasol i'r unigolion hynny yr ystyrir eu bod wrth risg.

<u>Cyfrifoldebau gweithwyr</u>

Mae gan weithwyr gyfrifoldebau o dan Reoliadau COSHH, ac mae disgwyl iddynt:-

- Gymryd rhan mewn rhaglenni hyfforddi.
- Cadw at symbolau peryglon ar gynhwysyddion
- Defnyddio arfer gweithio'n ddiogel gyda sylweddau peryglus.
- Adrodd ar unrhyw bryderon wrth eu goruchwylydd uniongyrchol.
- Gwisgo unrhyw gyfarpar diogelu personol a ddarperir a'u defnyddio'n gywir a'u cadw.
- Dychwelyd yr holl sylweddau peryglus i'w lleoliad diogel ar ôl eu defnyddio.
- Defnyddio'r mesurau rheoli a ddarparwyd yn gywir.

Siart llif asesu COSHH



Diabetes

Disgrifiad

Yn y DU, mae 1.4 miliwn o bobl wedi derbyn diagnosis o ddiabetes “mellitus”. Mae'n debyg bod gan fwy o bobl y cyflwr, ond nid ydynt wedi derbyn diagnosis ffurfiol hyd yma. Diabetes yw prif achos dallineb yn y wlad ac fe all arwain at gymhlethdodau difrifol megis clefyd y galon, methiant yr arennau a strôc.

Ar gyfer pob gweithiwr sydd wedi’i effeithio, bydd lefel y driniaeth yn amrywio’n fawr o un unigolyn i’r llall gyda phob unigolyn yn ddyddiol. Hwyrach y bydd hi'n angenrheidiol felly ceisio cyngor arbenigol.

Symptomau sy’n gysylltiedig â diabetes

- Gwendid, llesgedd neu newyn.
- Crychguriadau (palpitations) a chryndod cyhyrau.
- Gweithredoedd neu ymddygiad rhyfedd ble gallai’r anafedig ymddangos yn ddryslyd neu’n feddw, yn rhyfelgar neu hyd yn oed yn dreisgar.
- Chwysu.
- Gwelwedd.
- Croen oer a llaith.
- Pwls cryf.
- Lefel ymateb sy’n dirywio.
- Anadlu bas.

Hwyrach y bydd gan yr unigolyn gerdyn rhybudd (medic – alert) neu freichled, lympiau siwgr, tabledi neu chwistrell inswlin (a allai edrych fel ysgrifbin) ymhlith eu meddiannau.

Cyfrifoldebau’r cyflogwr

Mae Urdd Gobaith Cymru yn ymwybodol na fydd pobl sy’n dioddef o ddiabetes o reidrwydd yn dymuno datgelu eu problem iechyd. Serch hynny, ni ellir gwneud addasiadau'r gweithle dim ond os yw’r unigolyn yn barod i ganiatáu i'r cyflogwr wybod am y cyflwr.

Dylai datgeliad helpu’r unigolyn yn ei swydd a hwyluso help a chefnogaeth gan reolwyr a chydweithwyr, mewn perthynas â hyn bydd y cwmni, ar ôl derbyn cyngor ar y cyflwr, yn: -

- Ymgymryd ag asesiad risg o bob swydd (gan gynnwys gweithio ar eich pennau eich hunain) i bennu a oes unrhyw risgiau iechyd a diogelwch arwyddocaol, gan roi ystyriaeth i amgylchiadau unigol.
- Cyflwyno'r mesurau rheoli priodol er mwyn cael gwared ar risg neu i'w reoli.
- Bodloni'r gost o wneud addasiadau rhesymol, gan ddibynnu ar natur yr addasiad.
- Caniatáu i weithwyr gyda diabetes drefnu eu hardal waith ac amser gwaith eu hunain, ac eithrio mewn achosion eithriol lle fo hynny'n amhosibl yn weithredol.
- Caniatáu mwy o amser a gwell hyblygrwydd ar gyfer hyfforddiant sefydlu a dewis y lleoliad ar gyfer hyn yn ofalus.
- Caniatáu gweithwyr sydd wedi’u heffeithio gan ddiabetes i gadw golwg ar lefelau siwgr y gwaed yn ystod y dydd ac i gymryd toriadau rheolaidd.
- Rhoi mynediad i oergell neu fflasg oer ar gyfer storio inswlin, os yw’n ofynnol.
- Rhoi ardal breifat i'r gweithiwr er mwyn gwirio lefelau siwgr y gwaed.
- Cefnogi gweithiwr diabetig trwy ganiatáu i'r gweithiwr gael mynediad i’w Feddyg Teulu/ei Meddyg Teulu neu nyrs diabetig yn ystod y diwrnod gwaith.

- Sefydlu gweithdrefnau ar gyfer delio gyda phwl hypoglaecemic mewn cysylltiad â'r gweithiwr yr effeithir arno.
- Caniatáu absenoldeb arbennig ar gyfer cwnsela, sesiynau rheoli diabetig, archwiliadau llygaid neu driniaeth.
- Adnabod unrhyw anghenion hyfforddi penodol sydd gan yr unigolyn.
- Gwneud darpariaeth ar gyfer gweithwyr diabetig o fewn y trefniadau ar gyfer cymorth cyntaf, tân a gwacáu brys.

<u>Cyfrifoldebau gweithwyr</u>

- Cydweithredu gyda'r cyflogwr mewn perthynas â threfniadau iechyd a diogelwch.
- Cadw at unrhyw hyfforddiant, arweiniad neu gyfarwyddyd.
- Adrodd ar unrhyw ddamweiniau neu ddigwyddiadau wrth y cyflogwr.

<u>Ymhellach, mae cyfrifoldebau gweithwyr diabetig yn cynnwys</u>

- Hysbysu'r cyflogwr os yw eu cyflwr yn cael effaith niweidiol ar eu gallu dyddiol i weithio neu debygoliaeth gynyddol o ddamwain.
- Hysbysu'r cyflogwr a'r DVLA os ydynt yn derbyn triniaeth gydag inswlin neu dabledi os yw gyrru yn rhan o'r swydd. Mae hysbysu'r DVLA yn ofyniad cyfreithiol llym. Serch hynny, os yw'r cyflwr yn cael ei reoli gan ddeiet yn unig, nid oes rhwymedigaeth i hysbysu'r DVLA.
- Cydweithredu gyda'r trefniadau rheoli dros iechyd a diogelwch.
- Cadw at unrhyw hyfforddiant, arweiniad a chyfarwyddyd a ddarperir gan y cyflogwr.

Rheolau disgyblaeth

Disgyblaeth

Cred Urdd Gobaith Cymru bod iechyd a diogelwch yn ffactor hanfodol sy'n rhaid ei ystyried wrth redeg busnes. Er mwyn galluogi i'r cwmni reoli diogelwch, mae nifer o reolau diogelwch wedi'u sefydlu. Gallai methiant i gydymffurfio â'r rheolau hyn arwain at gamau gweithredu disgyblaeth

Cyfrifoldebau'r cyflogwr

Gall gweithwyr Urdd Gobaith Cymru gael eu diswyddo oherwydd camymddwyn difrifol os, ar ôl ymchwilio, y cred y cwmni eu bod wedi gweithredu yn unrhyw un o'r ffyrdd a ganlyn: -

- Torri unrhyw reolau diogelwch ysgrifenedig yn fwriadol.
- Gwaredu neu gamddefnyddio unrhyw ddarn neu eitem o gyfarpar, label, arwydd neu ddyfais rhybuddio sy'n cael eu darparu gan y cwmni (neu ei asiantau) ar gyfer amddiffyn a diogelu ei weithwyr.
- Defnyddio fflam noeth o fewn ardal heb eu dynodi.

Methu cadw at weithdrefnau sefydledig ar gyfer defnyddio: -

- Sylweddau fflamadwy neu beryglus.
- Deunyddiau gwenwynig.
- Eitemau i godi cyfarpar.
- Offer neu beiriannau.
- Ymddwyn mewn unrhyw fodd a allai arwain at ddamweiniau neu anaf, gan gynnwys direidi, jôcs ymarferol ayyb.
- Ymgymryd ag unrhyw gamau a allai ymyrryd â'r ymchwiliad i ddamwain.

Bydd Urdd Gobaith Cymru yn sicrhau bod cyswllt yn cael ei wneud gyda'r Llinell Gyngor arbennigol cyn ymgymryd ag unrhyw gamau disgyblaeth.

Cyfrifoldebau gweithwyr

- Gofalu am iechyd a diogelwch eu hunain ac eraill.
- Cydweithredu gyda'u cyflogwr.
- Peidio â chamddefnyddio neu ymyrryd ag unrhyw beth a ddarperir ar gyfer iechyd, diogelwch a lles.
- Adrodd ar unrhyw beryglon a adnabuwyd wrth eu cyflogwr.
- Cydymffurfio gyda rheolau diogelwch penodol sydd wedi'u mynegi'n glir.
- Gwisgo dillad neu gyfarpar diogelwch a ddarperir.
- Ymddwyn mewn modd na fyddant yn creu risg posibl o anaf neu berygl i'w hunain neu unrhyw un arall.

Gweler Llawlyfr Staff Yr Urdd

Cyfarpar Sgrin Arddangos

Disgrifiad

Gall gwaith ar Gyfarpar Sgrin Arddangos gael effeithiau difrifol posibl ar iechyd.

Gall defnyddwyr cyfarpar sgrin arddangos brofi ystod o wahanol broblemau iechyd corfforol a seicolegol gan gynnwys straen ar y llygaid, golwg aneglur, cur pen, a phroblemau cyhyrysgerbydol gan gynnwys anaf straen ailadroddus (RSI) ac anhwylder braich uchaf cysylltiedig â gwaith. (WRULD)

Achosir problemau gan gyfuniad o swyddi, cyfarpar ac amgylcheddau gwaith sydd wedi'u cynllunio'n wael. Serch hynny, mae modd atal mwyafrif y cyflyrau trwy dalu sylw i’r ffordd y mae gwaith yn cael ei drefnu, a darparu cyfarpar a mannau gwaith priodol.

Peryglon cysylltiedig

- Anafiadau cyhyrysgerbydol (musculosketetal)
- Anaf straen ailadroddus (RSI)
- Anhwylder braich uchaf cysylltiedig â gwaith (WRULD)
- Blinder gweledol.
- Pwysau.

Cyfrifoldebau’r cyflogwr

Mae Urdd Gobaith Cymru wedi ymrwymo i sicrhau nad yw unigolion o fewn eu hardal reolaeth yn amodol ar effeithiau iechyd gwrthwynebus yn sgil defnyddio cyfarpar sgrin arddangos ac ar gyfer cydymffurfio gyda’r trefniadau a nodir o fewn y polisi. At ddiben y polisi hwn, mae defnyddiwr yn cael ei ddiffinio fel rhywun sy'n gorfod defnyddio Cyfarpar Sgrin Arddangos am ran sylweddol o'i ddiwrnod/diwrnod gwaith a heb unrhyw ryddid i drefnu ei lwyth gwaith/ei llwyth gwaith.

Mewn ymgynghoriad gyda gweithwyr bydd Urdd Gobaith Cymru yn cyflawni’i rhwymedigaethau trwy: -

- Adnabod yr holl ddefnyddwyr Cyfarpar Sgrin Arddangos sy’n unol â’r rheoliadau.
- Gostwng y risg sy’n gysylltiedig â defnyddio Cyfarpar Sgrin Arddangos i'r lefel isaf ymarferol.
- Sicrhau bod y broses asesu risg yn systematig, yn briodol, yn gynhwysfawr ac yn cael ei chynnal trwy gynnwys y gweithiwr a'r cyflogwr, wedi'u cefnogi gan aseswyr hyfforddedig.
- Darparu cyfarpar gwaith addas a threfniadau ar gyfer cymryd toriadau rheolaidd.
- Sicrhau bod yr holl ddefnyddwyr Cyfarpar Sgrin Arddangos yn derbyn gwybodaeth, cyfarwyddyd a hyfforddiant digonol mewn perthynas â risgiau i iechyd a sut y gellir osgoi’r rhain.
- Ymgorffori newidiadau mewn tasgau o fewn y diwrnod gwaith er mwyn atal cyfnodau dwys o weithgaredd ar y sgrin.
- Adolygu meddalwedd i sicrhau priodoldeb y dasg ac ar gyfer darparu hyfforddiant ychwanegol fel y bo’n angenrheidiol.
- Trefnu profion golwg ar gais.
- Cyfrannu at declynnau cywirol (sbectolau), os yw 'Defnyddwyr’ cydnabyddedig angen y rhain yn llwyr ac yn benodol ar gyfer gweithio gyda Chyfarpar Sgrin Arddangos.
- Bydd Urdd Gobaith Cymru yn sicrhau bod yr holl staff newydd yn llanw holiadur asesu Cyfarpar Sgrin Arddangos yn ôl y gofyn.

Os bydd defnyddiwr yn codi mater sy’n gysylltiedig ag iechyd a diogelwch wrth ddefnyddio cyfarparu sgrin arddangos, bydd y cwmni yn: -

- Cymryd yr holl gamau angenrheidiol i ymchwilio i'r amgylchiadau.
- Sicrhau bod mesurau cywirol priodol yn cael eu cymryd.
- Cynghori’r defnyddiwr ar y camau a gymerwyd.

Mae gan weithwyr gyfrifoldeb i

- Hysbysu’r cyflogwr cyn gynted â phosibl os oes problem iechyd yn codi trwy ddefnyddio cyfarpar sgrin arddangos.
- Gweithio yn unol ag unrhyw gyngor neu arweiniad a roddir gan y cyflogwr.
- Ymgyfarwyddo eu hunain gyda chynnwys asesiadau risg perthnasol.

Gweler Canllawiau Asesu DSE trwy law adran Technoleg Gwybodaeth

Gyrru yn y gwaith

Disgrifiad

Amcangyfrif bod hyd at draean o ddamweiniau ar y ffyrdd yn cynnwys rhywun sydd yn y gwaith ar y pryd, sy'n golygu mai damweiniau ffordd cysylltiedig â gwaith yw'r mater diogelwch unigol mwyaf ar gyfer rhan fwyaf o fusnesau'r DU. Gallai hyrwyddo arferion gyrru iechyd a diogelwch cadarn a diwylliant diogelwch da yn y gwaith ymestyn ar yrru personol, ac fe allai ostwng y cyfleoedd o weithwyr yn cael eu hanafu mewn damwain tra'u bod oddi wrth y gwaith.

Peryglon cysylltiedig

- Y gyrrwr:- gallu, hyfforddiant, ffitrwydd ac iechyd.
- Y cerbyd:- addasrwydd, cyflwr, cyfarpar diogelwch (gwregysau diogelwch), ac ystyriaethau ergonomig.
- Y siwrnai:- llwybrau, amserlen, amser, pellter, amgylchiadau'r tywydd.

Cyfrifoldebau'r cyflogwr

Bydd Urdd Gobaith Cymru yn sicrhau: -

- Lle fo'n bosibl, bydd Urdd Gobaith Cymru yn rhoi ystyriaeth i osgoi gyrru neu ddefnyddio dull teithio amgen, os yw'r rhain yn ddewisiadau amgen ymarferol rhesymol. Os yw gyrru'n gwbl angenrheidiol, bydd yr asesiadau risg yn cael eu cynnal ar gyfer yr holl weithgareddau gyrru cysylltiedig â gwaith mewn ymgynghoriad gyda gweithwyr.
- Bydd y mesurau rheoli angenrheidiol yn cael eu gweithredu a'u cyfathrebu i'r gweithwyr.
- Bod gyrwyr yn iach ac yn gymwys i yrru: bod ef/hi yn dal trwydded yrru ddilys, wedi'i yswirio'n addas, yn gyfarwydd â'r cerbyd a'r dasg, yn deall canfyddiadau'r asesiad risg a'r mesurau rheoli ac wedi derbyn hyfforddiant priodol, yn ôl yr angen.
- Bod gyrwyr wedi'u hyfforddi'n briodol, bydd hyfforddiant sefydlu yn cael ei roi i weithwyr newydd ac efallai y bydd hyfforddiant pellach yn cael ei ddarparu ar gyfer y gweithwyr hynny sydd fwyaf wrth risg e.e. y rheini gyda milltiredd blynyddol uchel, cofnodion damweiniau gwael a gyrwyr amhrofiadol.
- Bydd gyrwyr yn cael eu hyfforddi i ymgymryd â gwiriadau diogelwch sylfaenol, a beth i'w wneud os byddant yn torri i lawr, yn cael damwain neu'n profi argyfwng.
- Bydd siwrneion yn cael eu cynllunio. Cytunir ar y diwrnod gwaith rhwng y cyflogwr a'r gweithiwr fel nad oes disgwyl i'r gweithwyr weithio drwy'r dydd ac yna gyrru am gyfnodau hir. Bydd amserlenni yn rhoi ystyriaeth i lwybrau, amser, pellter ac amodau tywydd.
- Bod cerbydau yn briodol i'r dasg ac yn cael eu cynnal mewn cyflwr glân ac yn addas i'r ffordd fawr. Ni fydd cerbydau preifat yn cael eu defnyddio at ddibenion gwaith oni bai eu bod wedi'u hyswirio at ddiben busnes ac, os yw'r cerbyd dros dair blwydd oed, bod ganddynt dystysgrif MOT ddilys.
- Systemau llywio lloeren yn cael eu gosod i gornel isaf y sgrin er mwyn peidio â rhwystro eich golwg.

Cyfrifoldebau’r gweithwyr

- Rhaid i weithwyr gadw at unrhyw gyngor, gwybodaeth, cyfarwyddyd a hyfforddiant a roddir gan y cyflogwr.
- Rhaid i’r holl weithwyr y disgwylir iddynt yrru ar fusnes cwmni fod â thrwydded yrru ddilys ac yswiriant priodol ar gyfer dosbarth y cerbyd y maent yn ei yrru.
- Rhaid i yrwyr sicrhau, hyd y gellir yn rhesymol, bod y cerbyd yn ddigonol at y diben a’i fod mewn cyflwr mecanyddol diogel. Mae hyn yn arbennig o bwysig ar gyfer cerbydau sydd mewn perchnogaeth breifat ac yn cael ei yrru’n breifat.
- Disgwylir i yrwyr gydymffurfio gyda deddfwriaeth traffig, bod yn ymwybodol o ddiogelwch ar y ffyrdd a gyrru’n ddiogel.
- Disgwylir na fydd gweithwyr sy’n gyrru cerbydau ar fusnes cwmni o dan ddylanwad alcohol na chyffuriau a rhaid iddynt beidio â gyrru os ydynt wedi’u diarddel.
- Rhaid i yrwyr stopio ar ôl damwain neu ddigwyddiad tebyg y maent yn gysylltiedig ag ef.
- Rhaid i weithwyr ddarparu copi i’r rheolwyr o’u trwydded yrru ar gais a datgan unrhyw gollfarnau gyrru.
- Rhaid i weithwyr hysbysu'r cyflogwyr os ydynt yn dod yn ymwybodol o unrhyw gyflwr meddygol neu gymryd meddyginiaeth a allai effeithio ar eu gallu i yrru.

Gweler Llawlyfr Staff Gweler 20.10, 20.11, 32.10

Trydan

Disgrifiad

Mae rheoli gosodiadau a chyfarpar trydan yn ddiogel yn hanfodol i'n busnes. Gan hynny mae'n orfodol bod systemau ac offer trydanol yn cael eu cynllunio, eu hadeiladu, eu dethol, eu cynnal a'u defnyddio â gofal.

Peryglon cysylltiedig

- Cyswllt gyda rhannau byw, sy'n achosi sioc a llosgiadau.
- Diffygion a allai achosi tanau.
- Tân neu ffrwydrad lle y gallai trydan fod yn ffynhonnell taniad.

Cyfrifoldebau'r cyflogwr

O ran gosodiadau sefydlog bydd Urdd Gobaith Cymru yn: -

- Sicrhau bod gosodiadau a chyfarpar trydanol yn cael eu gosod a'u cynnal yn unol â Rheoliadau Gwifriad Sefydliad Peirianwyr Trydanol (fel y'u diwygiwyd).
- Sicrhau datblygu rhaglen archwiliad trydanol 5 mlynedd o adeiladau sy'n eiddo'r Urdd
- Adnabod yr holl dorwyr/arunigwyr y brif gylched i sicrhau bod yr holl unigolion yn deall sut i ynysu'r cyfarpar neu adeiladu gwasanaethau yn ddiogel mewn achos o argyfwng.
- Ystyried cynllun, adeiladwaith a detholiad o gyfarpar trydanol wrth brynu cyfarpar o'r fath i'w defnyddio yn y gweithle.
- Hyrwyddo a gweithredu system waith diogel ar gyfer cynnal a chadw, archwilio a phrofi.
- Sicrhau bod gweithwyr sy'n cynnal gwaith trydanol yn cael eu hyfforddi ac yn gymwys i wneud hynny.
- Cyfnewid gwybodaeth ddiogelwch gyda chontractwyr, gan sicrhau eu bod yn gwbl ymwybodol o (ac yn barod i gadw at) drefniadau iechyd a diogelwch y cwmni.
- Darparu cyfarpar diogelu personol addas yn ôl yr angen, eu cynnal mewn cyflwr da a newid eitemau sydd wedi'u difrodi neu eu colli yn ôl yr angen.
- Sicrhau bod yr holl offer a chyfarpar yn addas ac yn ddigonol ar gyfer gwaith trydanol h.y. maent wedi'u cymeradwyo gan EN/BS.

Cyfarpar symudol a phrofi

Diffiniad - Cyfarpar, nad yw'n rhan o osodiad sefydlog ond sy'n gallu cael eu cysylltu â gosodiad sefydlog, neu eneradur, trwy gebl hyblyg trwy gydosodiad plwg neu soced.

Mae hyn yn cynnwys cyfarpar llaw neu a weithredir â llaw tra'u bod yn gysylltiedig â'r cyflenwad, neu sydd wedi'u bwriadu i gael eu symud tra'n gysylltiedig â'r cyflenwad.

Mae Urdd Gobaith Cymru yn gyfrifol am sicrhau bod yr holl declynnau trydanol symudol yn cael eu cynnal mewn cyflwr diogel ac yn cael eu harchwilio'n rheolaidd. Bydd y cyfarpar yn cael eu marcio i nodi pa bryd y'u profwyd a pha bryd mae'r dyddiad nesaf yn ddyledus. Bydd canlyniadau'r archwiliadau yn cael eu cofnodi a'r cofnodion ar gael i'w harchwilio.
Dylai profiad o weithredu'r system cynnal a chadw dros gyfnod o amser, ynghyd â gwybodaeth ar y diffygion a ganfuwyd, gael eu defnyddio i adolygu amlder yr archwiliad. Dylid ei ddefnyddio hefyd i adolygu a ddylai, a pha mor aml y dylai, cyfarpar a lidiau a phlygiau cysylltiedig dderbyn ymchwiliad a phrawf cyfun.

Bydd unrhyw gyfarpar diffygiol yn cael eu symud rhag cael eu defnyddio hyd at amser y gellir eu hatgyweirio, gyda chamau adferol yn cael eu cofnodi. Bydd yr holl eitemau cyfarpar na ellir eu

hatgyweirio’n cael eu tynnu’n ôl rhag cael eu defnyddio. Ni fydd unrhyw atgyweiriadau trydanol dros dro o dan unrhyw amgylchiadau yn cael eu gwneud i unrhyw gyfarpar trydanol.

Cyfrifoldebau gweithwyr

Mae gan weithwyr gyfrifoldeb i:-

- Gydweithredu gyda threfniadau rheoli ar gyfer diogelwch trydanol yn y gweithle.
- Defnyddio offer amddiffynnol a diogelwch a ddarperir.
- Peidio â pheryglu eu hunain neu eraill.
- Adrodd ar weithredoedd peryglus ac enbyd.
- Cadw at hyfforddiant ac arweiniad a ddarparwyd er mwyn atal anaf i’w hunain ac eraill.
- Cydymffurfio gyda rheolau diogelwch a defnyddio caniatâd gweithio/gweithdrefnau cloi allan fel y bo’n briodol.
- Peidio â dod â chyfarpar trydanol personol i leoliad y cwmni heb awdurdod o flaen llaw gan y rheolwyr. Rhaid profi unrhyw offer o'r fath yn unol â gweithdrefnau'r cwmni.

Epilepsi

Disgrifiad

Diffinnir epilepsi fel profi ffitiadau ailadroddus, sy'n dechrau yn yr ymennydd. Mae aflonyddwch byr i weithgaredd trydanol arferol yr ymennydd yn achosi'r celloedd nerf i anfon signalau ar hap. Mae'r canlyniad yn debyg i storm drydanol sy'n achosi gorlwytho dros dro i'r ymennydd.

Mae sawl gwahanol fath o ffitiadau. Mae rhai yn dod i ben mewn eiliadau gallai eraill bara rhai munudau. Gallai rhai pobl yr effeithir arnynt golli ymwybyddiaeth o'r hyn sy'n digwydd neu ble y maent yn ystod ffit a hwyrach y byddant yn colli ymwybyddiaeth yn gyfan gwbl. Mae profiad pob unigolyn o epilepsi yn unigryw.

Adnabod mân epilepsi

- 'Diffodd' sydyn; hwyrach bod y person yn syllu i wacter o'u blaenau.
- Brathu neu blycio'r (twitching or jerking) gwefusau, amrannau (eyelids), pen neu rannau eraill o'r corff.
- Symudiadau "awtomatig" rhyfedd megis taro'r gwefusau, cnoi, neu wneud synau.

Peryglon cysylltiedig

Mae gan rai swyddi risg sylweddol i berson sy'n dioddef o ffitiadau aml a'u cydweithwyr. Gall y rhain gynnwys gweithio:-

- Ar uchder neu dan ddaear.
- Ger dŵr agored.
- Ar beiriannau trwm, diamddiffyn neu eu gyrru.
- Gyda ffyrnau poeth neu danau agored gyda foltedd uchel / trydan cylched agored.

Cyfrifoldebau'r cyflogwr

Mae Urdd Gobaith Cymru yn ymwybodol na fydd pobl sy'n dioddef o epilepsi o reidrwydd yn dymuno datgelu eu problem iechyd. Serch hynny, ni ellir gwneud addasiadau i'r gweithle dim ond os yw'r unigolyn yn barod i ganiatáu i'r cyflogwr wybod am yr anabledd. Dylai'r datgeliad helpu'r unigolyn yn ei swydd a hwyluso cymorth a chefnogaeth gan reolwyr a chydweithwyr.

Bydd Urdd Gobaith Cymru yn: -

- Ymgymryd ag asesiad risg o bob swydd (gan gynnwys gweithio ar eich pennau eich hunain) i bennu a oes unrhyw risgiau iechyd a diogelwch arwyddocaol, gan roi ystyriaeth i amgylchiadau unigol megis epilepsi.
- Cyflwyno'r mesurau rheoli priodol er mwyn cael gwared ar risg neu i'w reoli.
- Bodloni'r gost o wneud addasiadau rhesymol, gan ddibynnu ar natur yr addasiad.
- Caniatáu i weithwyr gydag epilepsi drefnu eu hardal waith a'u hamser gwaith eu hunain, ac eithrio mewn achosion eithriol lle fo hynny'n amhosibl yn weithredol.
- Caniatáu mwy o amser a gwell hyblygrwydd ar gyfer hyfforddiant sefydlu a dewis y lleoliad ar gyfer hyn yn ofalus.
- Sefydlu gweithdrefnau ar gyfer delio gyda thrawiad mewn cysylltiad â'r gweithiwr yr effeithir arno.
- Caniatáu absenoldeb arbennig ar gyfer cwnsela, sesiynau rheoli neu driniaeth.
- Adnabod unrhyw anghenion hyfforddi penodol yr unigolyn.
- Gwneud darpariaeth ar gyfer gweithwyr epilepsi o fewn y trefniadau ar gyfer cymorth cyntaf, tân a gwacáu brys.

Cyfrifoldebau'r gweithwyr yw

- Cydweithredu gyda'r cyflogwr mewn perthynas â threfniadau iechyd a diogelwch.
- Cadw at unrhyw hyfforddiant, arweiniad a chyfarwyddyd.
- Adrodd ar unrhyw ddamweiniau neu ddigwyddiadau wrth y cyflogwr.

Mae gan weithwyr sy'n dioddef ag Epilepsi ddyletswydd ychwanegol i

- Hysbysu'r cyflogwr os yw ei epilepsi/ei hepilepsi yn cael effaith niweidiol ar ei all/ei gallu i weithio'n ddyddiol.
- Lle fo'n angenrheidiol, hysbysu'r cyflogwr os gallai'r cyflwr gynyddu'r risg o ddamwain yn y gwaith.
- Os yw rhan o'ch swydd yn cynnwys gyrru, dylid hysbysu'r cyflogwr a'r DVLA os ydych yn derbyn triniaeth neu dabledi. Mae hysbysu'r DVLA yn ofyniad cyfreithiol llym.
- Cadw at unrhyw hyfforddiant, arweiniad a chyfarwyddyd a ddarperir gan y cyflogwr.

Tân

Disgrifiad

Mae gan Urdd Gobaith Cymru gyfrifoldeb dros sicrhau iechyd, diogelwch a lles yr holl weithwyr ac eraill a allai gael mynediad i'r gweithle ynghyd â busnesau neu eiddo cyfagos. Mae'r dyletswyddau hyn yn cynnwys diogelwch mewn perthynas â pheryglon tân, gan brosesau a gweithgareddau gwaith, ynghyd â diogelwch tân cyffredinol yn y gweithle.

Peryglon cysylltiedig

- Fflamau a gwres.
- Mwg a mygdarthau (fumes) gwenwynig.
- Cwymp mewn lefelau ocsigen.
- Adeiladau yn cwympo.

Cyfrifoldebau'r cyflogwr

Bydd Urdd Gobaith Cymru yn sicrhau: -

- Bod yr holl weithwyr yn derbyn hyfforddiant sefydlu cynhwysfawr cyn dechrau gweithio, i sicrhau eu bod yn gwbl ymwybodol o'r holl drefniadau sydd wedi'u sefydlu er mwyn hwyluso gwacáu diogel.
- Bod asesiad risg tân yn cael ei gynnal (a'i adolygu'n rheolaidd), sy'n amlinellu unrhyw ofynion arbennig.
- Bod cofrestr o weithwyr yn cael ei chadw'n gyfredol a bydd y gofrestr yn cael ei chludo i'r pwynt ymgynnull tân mewn achos o wacáu.
- Ei bod yn ystyried pobl gydag anableddau wrth bennu trefniadau diogelwch tân a gweithdrefnau gwacáu ar gyfer adeiladau sydd o dan ei rheolaeth.
- Ei bod yn cadw at ofynion ar gyfer hyfforddi gweithwyr mewn diogelwch tân.
- Bod llyfr log tân yn cael ei gadw'n gyfredol a'i fod ar gael, o wneud cais amdano, i'r asiantaethau gorfodi.
- Bod y larwm tân a'r holl gyfarpar cysylltiedig yn cael eu profi yn unol â'r arweiniad cyfredol a bod profion yn cael eu cofnodi yn y llyfr log tân.
- Bod yr holl gyfarpar ymladd tân yn cael eu profi yn rheolaidd fel rhan o ganllawiau'r gwneuthurwr a bod cofnodion yn cael eu cadw.
- Bod ymarfer gwacáu tân yn cael ei gynnal yn flynyddol o leiaf a bydd yn cael ei gofnodi yn y llyfr log tân.
- Bod unrhyw oleuadau brys a goleuadau allanfa brys yn cael eu profi yn unol â chanllawiau cyfredol a bod y profion yn cael eu cofnodi.
- Bod yr holl gemegau peryglus, nwyon a deunyddiau peryglus eraill yn cael eu cofnodi a bod rhestr eiddo yn cael ei chadw er gwybodaeth/i'w harchwilio gan yr awdurdodau gorfodi.
- Bod gwiriad rheolaidd yn cael ei wneud i sicrhau nad yw llwybrau a drysau dianc yn cael eu rhwystro. Dylai drysau allanfa tân gael eu datgloi ac ar gael i'w defnyddio drwy'r amser pan fydd unigolion yn yr adeilad. Dylai drysau tân gael eu cau drwy'r amser a pheidio â chael eu lletemu ar agor.

<u>Cyfrifoldebau gweithwyr</u>

Mae angen i weithwyr:-

- Arfer a hyrwyddo atal tân.
- Hysbysu eraill ar ôl darganfod tân.
- Adrodd ar unrhyw bryderon yn ymwneud â diogelwch tân wrth reolwyr, er mwyn ymchwilio i unrhyw ddiffygion a chymryd camau adferol.
- Derbyn hyfforddiant sylfaenol ar y camau i'w cymryd mewn achos o dân.
- Cadw at gyfarwyddiadau a hyfforddiant mewn perthynas â diogelwch tân yn y gweithle.
- Cydweithredu gyda threfniadau rheoli ar gyfer atal tân yn y gweithle.
- Derbyn cyfrifoldeb unigol i gymryd gofal rhesymol dros iechyd a diogelwch eu hunain ac unrhyw berson arall a allai gael eu heffeithio gan eu gweithredoedd neu eu hesgeulustra.

Nid yw Urdd Gobaith Cymru yn disgwyl i weithwyr ymladd tân, serch hynny, gellir ymgymryd â chamau diffodd os yw'n ddiogel gwneud hynny ac os ydych chi wedi'ch hyfforddi. Ni ddylid byth agor ystafell gaeedig er mwyn ymladd tân.

Camau i'w cymryd mewn achos o dân

Os ydych chi'n darganfod tân:-

Gweithredwch y pwynt galw larwm agosaf neu hysbyswch yr uwch berson sy'n bresennol.

Ymladdwch y tân (os ydych wedi'ch hyfforddi i wneud hynny) gyda'r offer sydd wedi'u darparu ond heb gymryd risgiau personol.

Bydd yr uwch berson sy'n bresennol yn galw'r frigâd dân (os nad yw hynny wedi digwydd trwy sustem awtomatig fel y ceir yng Ngwersyll Caerdydd) ar unwaith trwy:-

- Ddefnyddio'r ffôn i ddeialu 999.
- Rhoi'r rhif ffôn i'r gweithredwr a gofyn am y frigâd dân.

Pan fydd y frigâd dân yn ateb, rhowch yr ymateb yn eglur:-

- "Mae gennym dân ar safle yr Urdd ...." a rhowch y cyfeiriad i'r gweithredwr lle fo'r alwad yn cael ei gwneud.
- Peidiwch â gosod y derbynnydd yn ôl hyd nes bod y frigâd dân wedi cadarnhau'r manylion.

Galwch y frigâd dân ar unwaith i bob tân neu amheuaeth o dân.

Ar ôl derbyn hysbysiad o dân:-

- Bydd pawb yr effeithir arnynt yn cael eu gwacau o'r adeilad trwy'r allanfa agosaf sydd ar gael ac yn symud i'r pwynt ymgynnull tân a nodir ar yr hysbysiadau camau gweithredu tân.
- Bydd yr uwch berson yn bresennol yn cymryd rheolaeth o'r gwacâd a sicrhau bod cyfrif am bawb.

Defnyddiwch yr allanfa agosaf sydd ar gael.

Peidiwch ag aros i gasglu eiddo personol.

Peidiwch â dychwelyd i'r adeilad hyd nes eich bod yn cael eich hysbysu i wneud hynny gan yr uwch Swyddog Tân.

Mewn achos o dân, bydd diogelwch bywyd yn drech nag unrhyw ystyriaethau eraill, megis achub eiddo a diffodd tân.

Cymorth Cyntaf yn y gweithle

Disgrifiad

Gall pobl yn y gwaith ddioddef anaf neu ddod yn sâl. Gallai fod yn weithiwr, contractwr neu ymwelydd ac nid oes gwahaniaeth a yw'r anaf neu'r salwch wedi'i achosi gan y gwaith maent yn ei wneud ai peidio. Yr hyn sy'n bwysig yw eu bod yn derbyn sylw ar unwaith a bod ambiwlans yn cael ei alw ar gyfer unrhyw sefyllfaoedd difrifol. Mae darparu sicrwydd cymorth cyntaf digonol yn hanfodol, fe all achub bywydau ac atal mân anafiadau rhag dod yn rhai mawr.

Peryglon cysylltiedig

- Anafiadau i'r corff: ergydion, briwiau, trawiad, gwasgu, trywanu, briwiau, clwyfau, sgaldiadau, cwympiadau o uchder.
- Salwch: asthma, diabetes, epilepsi ayyb

Cyfrifoldebau'r cyflogwr

Bydd Urdd Gobaith Cymru yn cynnal asesiad o'i hanghenion cymorth cyntaf, gan sicrhau bod nifer gofynnol y personél Cymorth Cyntaf ar gael yn unol â hynny. Os oes mwy nac un adeilad dan sylw, efallai y bydd angen ymgymryd ag asesiadau lleol ar wahân. Bydd y trefniadau yn ystyried: -

- Cwblhau asesiad risg cymorth cyntaf er mwyn adnabod lefel y sicrwydd sy'n ofynnol ar gyfer 'Swyddog Cymorth Cyntaf' neu 'Person Penodedig'. Sicrwydd yn ystod gwyliau blynyddol, salwch, ayyb.
- Y gofyniad i gael person penodedig yn yr holl ardaloedd ac sy'n cael eu staffio bob amser.
- Bod arwyddion yn cael eu harddangos o fewn y gweithle sy'n adnabod enwau'r Swyddogion Cymorth Cyntaf hyfforddedig a lleoliad y pecynnau cymorth cyntaf.
- Monitro cynnwys y pecynnau cymorth cyntaf yn rheolaidd a bod stoc yn cael eu hailgyflenwi.
- Hyfforddiant cychwynnol ac adnewyddu Swyddogion Cymorth Cyntaf a Phobl Benodedig.
- Ymwybyddiaeth o'r weithdrefn waredu gywir ar gyfer gwastraff wedi'i halogi.
- Cyfathrebu'r uchod wrth yr holl staff newydd a chyfredol.

Pecynnau cymorth cyntaf mewn cerbydau

Lle fo gweithwyr wrth risg yn teithio mewn cerbyd, ac yn gweithredu o gerbyd penodol, fe allai'r pecyn cymorth cyntaf gael ei ddyrannu i'r cerbyd (lle mae'n rhaid iddo aros) yn hytrach nac i'r unigolyn. Rhaid i gynnwys y pecynnau cymorth cyntaf hyn gael eu monitro.

Darpariaeth cymorth cyntaf ar gyfer unigolion nad ydynt yn weithwyr

Er bod Rheoliadau Iechyd a Diogelwch (Cymorth Cyntaf) yn gosod dyletswydd ar gyflogwyr i wneud darpariaeth ar gyfer eu gweithwyr eu hunain, nid oes cyfrifoldeb cyfreithiol tuag at bobl nad ydynt yn weithwyr. Serch hynny, mae'r Awdurdod Gweithredol Iechyd a Diogelwch yn argymell eu bod yn cael eu cynnwys yn narpariaeth iechyd a diogelwch y sefydliad.   Gan hynny, wrth gyfrif nifer y Swyddogion Cymorth Cyntaf ar gyfer gweithle, rhaid i nifer yr unigolion a all ddefnyddio neu fod yn bresennol yn yr adeilad ar unrhyw un pryd gael ei ystyried.

Mae Swyddogion Cymorth Cyntaf yn gyfrifol am

- Sicrhau bod eu Tystysgrif Cymorth Cyntaf yn y Gwaith yn cael ei chadw'n gyfredol.
- Ymgymryd â hyfforddiant wedi'i gymeradwyo gan yr Awdurdod Gweithredol Iechyd a Diogelwch. Bydd cwrs adnewyddu cyn i'r dystysgrif hon ddod i ben yn cadw'r hyfforddiant hwn yn gyfredol.
- Asesu'r sefyllfa uniongyrchol lle mae cymorth cyntaf yn cael ei gymhwyso, gan weithredu heb osod eu hunain neu eraill mewn perygl a gwneud yr ardal yn ddiogel.
- Gweinyddu cymorth cyntaf yn ôl y gofyn o fewn eu galluoedd. Os ceir unrhyw amheuaeth o hyn, rheoli'r sefyllfa wrth aros am gymorth meddygol i gyrraedd.

<u>Mae'r Personau Dynodedig yn gyfrifol am</u>

- Sicrhau bod eu Tystysgrif Person Penodedig – Cymorth Cyntaf yn cael ei chadw'n gyfredol.
- Dim ond gweinyddu'r lefel o gymorth gyntaf y maent wedi'i hyfforddi i'w wneud.
- Galw am y cymorth meddygol priodol.

<u>Cyfrifoldebau gweithwyr</u>

Er mwyn gostwng y risg o ddioddef anaf personol neu oedi wrth gael triniaeth, rhaid i weithwyr:-

- Gydweithredu gyda'r trefniadau rheoli ar gyfer cymorth cyntaf yn y gweithle.
- Gwybod beth yw'r weithdrefn ar gyfer galw am help.
- Cadw at unrhyw arweiniad neu gyfarwyddyd a roddir, er mwyn atal anaf neu salwch.
- Adrodd unrhyw sefyllfaoedd peryglus neu enbyd wrth y cyflogwr.

Adrodd ar Beryglon

Disgrifiad

Mae perygl yn rhywbeth sydd â'r potensial i achosi niwed, salwch neu anaf, y risg cysylltiedig yw'r debygoliaeth y bydd perygl yn achosi niwed yn ystod gweithgaredd gwaith.

Peryglon cysylltiedig

- Baglu ar wifrau rhydd neu orchuddion llawr rhydd.
- Gosodiadau trydanol diffygiol.
- Ymylon diamddiffyn.
- Llwybrau diangfeydd argyfwng wedi'u rhwystro.

Mae damweiniau fu bron a digwydd yn ddigwyddiadau peryglus sydd â'r potensial i achosi anaf, e.e. gweithiwr yn baglu dros wifrau rhydd ond ni chafodd anaf.

Cyfrifoldebau'r cyflogwr

Mae Urdd Gobaith Cymru yn derbyn y gallai rhai o'i gweithgareddau gwaith, oni fyddant yn cael eu rheoli'n gywir, greu peryglon i weithwyr a phobl eraill. Er mwyn gostwng y debygoliaeth o anaf neu golled byddwn yn cymryd pob cam rhesymol i ostwng y risgiau i lefel dderbyniol.

Gan hynny, bydd Urdd Gobaith Cymru yn hysbysu gweithwyr o beryglon tebygol trwy asesiadau risg, gwybodaeth, cyfarwyddyd, hyfforddiant a dogfennau.

Er mwyn cynorthwyo wrth gofnodi sefyllfaoedd peryglus mae Urdd Gobaith Cymru wedi gweithredu gweithdrefn adrodd ar beryglon ar gyfer gweithwyr, bydd hyn yn annog ymwybyddiaeth ddiogelwch yn y gweithle. Trwy annog y gweithlu i ddefnyddio'r systemau hyn, dylai damweiniau gael eu gostwng ac fe ddylai arwain at amgylchedd gwaith mwy diogel. Dylai hyn yn ei dro wella agwedd y gweithlu tuag at ddiogelwch.

Cyfrifoldebau gweithwyr

Dylai gweithwyr adrodd ar berygl fel modd i ddwyn sylw Rheolwr Llinell, sefyllfaoedd neu arferion sydd â'r potensial i fod yn beryglus a allai fod yn bresennol yn y gweithle; dylid gwneud hyn ar lafar neu yn ysgrifenedig.

Pan fydd perygl wedi'i adnabod rhaid ei adrodd ar unwaith wrth eich Rheolwr Llinell. Eu dyletswydd hwy yw asesu'r sefyllfa a chyflwyno'r mesurau rheoli angenrheidiol, hyd y gellir yn rhesymol, er mwyn atal anaf neu amodau anniogel.

I adrodd ar berygl, y cyfan sy'n rhaid i chi ei wneud yw:-

- Cysylltu gyda'r Rheolwr Llinell sy'n bresennol a fydd yn ymgymryd â chamau adferol angenrheidiol.

Cadw Trefn

Disgrifiad

Mae annibendod yn achos cyffredin o anaf neu ddifrod yn y gwaith ac fe all greu peryglon tân posibl. Mae annibendod anfoddhaol yn aml yn deillio o arferion gwaith gwael, diffyg goruchwyliaeth uniongyrchol a/neu ddiffygion sefydliadol o fewn y gweithle.

Peryglon cysylltiedig

- Tân.
- Llithro, baglu, cwympo.
- Glanweithdra gwael.
- Cyfarpar brwnt.

Cyfrifoldebau'r cyflogwr

Bydd Urdd Gobaith Cymru yn: -

- Ymgymryd ag asesiad risg mewn perthynas â chymhennu o fewn y cwmni ac yn cyflwyno mesurau rheoli fel y bo'n briodol.
- Cymryd unrhyw fesurau angenrheidiol i wella'r risgiau a ganfuwyd o ganlyniad i'r asesiad.
- Gweithredu camau ar gyfer cynnal a chadw, glanhau ac atgyweirio'r eiddo.
- Hyfforddi gweithwyr i fod yn ymwybodol o'u cyfrifoldebau dros sicrhau nad yw peryglon yn cael eu creu o'u gwaith neu eu cyfarpar.
- Hysbysu pob gweithiwr o'r risgiau sy'n bodoli.
- Ailasesu'r cymhennu fel y bo'n briodol os yw'r prosesau gwaith yn newid.

Cyfrifoldeb gweithwyr

Rhaid i weithwyr:-

- Gydweithredu gyda threfniadau'r rheolwyr dros cadw trefn da yn y gweithle
- Cadw at unrhyw arweiniad neu gyfarwyddyd a roddir i atal anaf neu salwch
- Adrodd wrth y cyflogwr ar unrhyw sefyllfaoedd peryglus neu enbyd.

Gwybodaeth, cyfarwyddyd a hyfforddiant

Disgrifiad

Mae atal damweiniau a salwch a achosir gan waith yn flaenoriaeth allweddol ar gyfer Urdd Gobaith Cymru. Mae gwybodaeth, cyfarwyddyd a hyfforddiant iechyd a diogelwch yn helpu'r cwmni i sicrhau nad yw ein gweithwyr yn cael eu hanafu neu'n mynd yn sâl trwy'r gwaith maent yn ei wneud; yn hyrwyddo diwylliant diogelwch positif, lle fo gweithio diogel ac iach yn dod yn ail natur i bawb; ac yn galluogi i'r cwmni fodloni ei ddyletswydd i amddiffyn iechyd a diogelwch ein gweithwyr. Nid yw hyfforddiant yn ymwneud â chyrsiau "ystafell ddosbarth" ffurfiol yn unig.

Cyfrifoldebau'r cyflogwr

- Ymgynghori gyda'r unigolion perthnasol er mwyn adnabod y wybodaeth, y cyfarwyddyd a'r hyfforddiant sy'n ofynnol ar gyfer y cwmni gan ystyried lefel y sgiliau sy'n ofynnol, y risgiau a adnabuwyd yn y gweithle, safle'r gweithiwr o fewn y sefydliad ac unrhyw anghenion unigol perthnasol a phenodol.
- Ymgymryd ag asesiad risg er mwyn adnabod unrhyw anghenion hyfforddi penodol eraill.
- Darparu'r hyfforddiant angenrheidiol, gan roi ystyriaeth i alluoedd, hyfforddiant blaenorol, gwybodaeth a phrofiad gweithwyr.
- Sicrhau nad yw galwadau'r swydd yn rhagori ar allu'r gweithiwyr i ymgymryd â'u gwaith heb risgiau i'w hunain ac eraill.
- Blaenoriaethu gwybodaeth, cyfarwyddyd a hyfforddiant i sicrhau bod unrhyw anghenion risg uchel yn cael eu bodloni yn gyntaf.
- Pennu'r dull mwyaf addas ar gyfer cyflwyno'r wybodaeth, y cyfarwyddyd a'r hyfforddiant, gan gynnwys defnyddio darparwyr mewnol ac allanol.
- Asesu addasrwydd yr hyfforddiant a'i effaith ar y gweithiwr a/neu'r busnes er mwyn galluogi newidiadau, addasiadau neu ychwanegiadau i gael eu gwneud os yw'n ofynnol.

Bydd gwybodaeth, cyfarwyddyd a hyfforddiant perthnasol yn cael eu darparu hefyd: -

- Wrth recriwtio.
- Wrth symud unigolion i dasg arall neu eu dyrchafu.
- Pan fydd y broses, y cyfarpar neu'r system waith yn newid.
- Os yw adolygiad yn pennu bod angen rhaglen adfywio yn ofynnol.

Bydd Urdd Gobaith Cymru yn dogfennu ac yn cynnal cofnodion o'r holl wybodaeth, y cyfarwyddyd a'r hyfforddiant a ddarparwyd.

Cyfrifoldebau gweithwyr

- Cydweithredu gyda'r cwmni mewn perthynas â'r holl agweddau ar hyfforddiant.
- Mynychu unrhyw gyrsiau hyfforddi sy'n cael eu hadnabod yn angenrheidiol.
- Cadw at hyfforddiant, arweiniad a chyfarwyddyd er mwyn atal anaf neu salwch.
- Defnyddio cyfarpar amddiffynnol a diogelwch a ddarperir.
- Adrodd wrth eu rheolwr llinell ar unrhyw sefyllfaoedd peryglus neu enbyd.
- Cydweithredu gyda'r trefniadau rheoli ar gyfer iechyd a diogelwch.

Diogelwch yn y gegin

Disgrifiad

Oherwydd natur ein busnes rydym yn defnyddio amryw gyfarpar ar gyfer paratoi, storio a dosbarthu bwyd. Ein polisi yw sicrhau bod yr ardaloedd hyn yn ddiogel ac nad ydynt yn cynnig unrhyw risgiau i iechyd a diogelwch gweithwyr, y rheini sy'n defnyddio'r gegin a'r rheini yr ydym yn darparu bwyd ar eu cyfer.

Peryglon cysylltiedig

- Diogelwch peiriannau
- Llithro a baglu.
- Briwiau.
- Codi a chario.
- Dermatitis ac asthma galwedigaethol.
- Llosgiadau a sgaldiadau.

Cyfrifoldebau'r cyflogwr

Bydd Urdd Gobaith Cymru yn sicrhau: -

- Yr ymgymerir ag asesiadau risg addas a digonol ar gyfer y gweithgareddau gwaith cysylltiedig.
- Bod systemau gwaith diogel yn cael eu datblygu a'u gweithredu a bod staff yn cael eu hyfforddi.
- Bod cyfarpar gwaith yn bodloni gofynion rheoleiddio ar gyfer diogelwch ac yn cael eu lleoli'n ddiogel.
- Bod unigolyn cymwys yn cynnal cyfarpar gwaith yn rheolaidd.
- Bod digon o le yn y gegin i unigolion symud o amgylch yn ddiogel.
- Bod yr holl waliau, nenfydau a drysau o adeiladwaith a gorffeniad addas i gael eu cynnal yn rhwydd.
- Er mwyn atal pryfaid a llwch rhag mynd i mewn i'r ystafell, dylai sgriniau pryfed y gellir eu glanhau gael eu gosod ar ffenestri a drysau allanol.
- Lle fo'n angenrheidiol darparir awyriad disbyddu lleol mecanyddol i gael gwared ar wres gormodol o'r gegin.
- Bod lloriau gwrthlithro yn cael eu darparu sydd wedi'u gwneud o ddeunydd cryf nad yw'n amsugno ac nad yw ag unrhyw holltau, fel bod glanhau effeithiol yn bosibl.
- Bod cyfarpar diogelu personol addas yn cael eu darparu, fel y nodir yn yr asesiadau risg, am ddim.
- Bod staff yn cael eu hyfforddi wrth ddefnyddio'r cyfarpar yn ddiogel.
- Bod trefniadau'n cael eu monitro a'u hadolygu'n rheolaidd.

Cyfrifoldebau gweithwyr

- Cydymffurfio gyda'r polisi hwn a chadw at y protocolau/gweithdrefnau/systemau diogelwch cysylltiedig â gwaith ar gyfer eu meysydd gwaith a chyfrifoldeb.
- Peidio ag ymyrryd gydag unrhyw ddyfais diogelwch a ddefnyddir ar offer a gwirio'r holl gardiau cyn defnyddio'r offer.
- Adrodd ar unrhyw offer diffygiol neu gardiau coll wrth y rheolwyr.
- Bydd unrhyw fwyd neu ddiod sy'n cael ei ollwng yn ddamweiniol yn cael ei lanhau ar unwaith a bydd arwyddion rhybuddio priodol yn cael eu harddangos mewn safleoedd amlwg.
- Ymgyfarwyddo eu hunain gydag asesiadau COSHH a thrin cemegau yn ddiogel cyn eu defnyddio.
- Gwisgo unrhyw gyfarpar diogelu personol a ddarperir.
- Ymgymryd â hylendid personol da.

Ysgolion ac Ysgolion Bach

Disgrifiad

Mae traean o’r holl gwympiadau a adroddir o ddigwyddiadau o uchder yn cynnwys ysgolion neu ysgolion bach, ac achosir llawer o anafiadau trwy ddefnydd amhriodol neu anghywir o gyfarpar.

Trwy ymgymryd ag asesiad risg, hwyrach y pennir bod defnyddio’r ysgol yn dderbyniol ar gyfer gweithio am gyfnod byr (rhwng 15 a 30 munud) a risg isel, cyhyd ag y gellir cynnal tri phwynt cyswllt wrth weithio o’r ysgol neu ysgol fach.

Peryglon cysylltiedig

- Yr ysgol ei hun yn methu, yn achosi i unigolion neu gyfarpar ddisgyn.
- Eitemau yn disgyn o’r ysgol.
- Defnyddwyr yn gor-ymestyn neu’n ymestyn o’r ysgol.
- Gorlwytho’r ysgol.
- Yr ysgol yn llithro neu’n disgyn oherwydd nad yw wedi’i diogelu’n gywir.
- Cyfarpar diffygiol.
- Defnydd amhriodol ar ysgolion.
- Codi a chario wrth ddefnyddio ysgolion.

Cyfrifoldebau’r cyflogwr

Bydd Urdd Gobaith Cymru yn cymryd pob cam rhesymol i sicrhau diogelwch gweithwyr sy’n gweithio gydag ysgolion.

Bydd Urdd Gobaith Cymru, mewn ymgynghoriad gyda gweithwyr a’u cynrychiolwyr yn: -

- Ymgymryd ag asesiad risg o’r gweithgareddau gwaith sy’n cynnwys defnyddio ysgolion.
- Cymryd unrhyw fesurau angenrheidiol i ostwng y risgiau o ganlyniad i'r asesiad.
- Sicrhau bod yr holl ysgolion a gyflenwir o adeiladwaith da, deunydd cadarn ac yn addas i'r tasgau a fydd yn cael eu gwneud.
- Sicrhau bod yr holl ysgolion a ddefnyddir wedi’u hadnabod yn glir, yn cael eu harchwilio a’u cynnal yn rheolaidd.
- Cynnal system gofnodion, sy’n adnabod pob ysgol ac yn cofnodi pob archwiliad, atgyweiriad a gweithdrefn gynnal a chadw yr ymgymerir â hi.
- Darparu gwybodaeth a hyfforddiant priodol i weithwyr sy'n defnyddio'r ysgolion a thwr sgaffaldai, gan gynnwys gwybodaeth ychwanegol a hyfforddiant os yw'r ysgol yn cael ei defnyddio mewn amgylchedd risg uchel, sy’n cynyddu’r risgiau sy’n gysylltiedig.
- Sicrhau bod ysgolion yn cael eu storio mewn ffordd nad yw’n arwain at gamdroi, diffygion neu ostyngiad mewn cryfder.
- Gweithredu system adrodd, er mwyn sicrhau bod unrhyw bryderon, problemau, risgiau neu ddiffygion y deuir ar eu traws wrth ddefnyddio’r ysgolion yn cael eu hadrodd wrth berson cyfrifol a bod camau priodol yn cael eu cymryd.

Defnyddio ysgolion yn ddiogel

- Dylai ysgolion fod yn briodol ar gyfer y swydd ac ni ddylai fod yn hirach na 9 metr o hyd.
- Dylai ysgolion gydymffurfio gyda Safonau Prydeinig/Ewropeaidd. Ni ddylid defnyddio cyfarpar domestig.
- Dylai'r ysgolion fod yn ddiddifrod ac yn rhydd rhag unrhyw baent neu orchudd arall a allai guddio craciau neu holltau.
- Rhaid i sticlau ysgolion fod yn ddiddifrod a heb eu plygu.

- Dylai'r pren fod yn rhydd rhag camdroad neu hollti.
- Rhaid i ysgolion metel fod yn rhydd rhag erydiad, ymylon miniog neu dolciau a'r grisiau yn rhydd rhag afluniad.
- Rhaid i badiau'r traed fod mewn cyflwr da.
- Dylai ysgolion gael rwber gwrthlithro neu draed plastig.
- Rhaid i ysgolion fod yn rhydd rhag grisiau coll/rhydd.
- Dylid archwilio ysgolion yn rheolaidd a thynnu ysgolion diffygiol rhag cael eu defnyddio.
- Os yw amodau'r ddaear yn wael, dylid clymu traed ysgolion ar bolion yn y ddaear, gyda bwrdd pren fflat mawr fel sylfaen.
- Wrth eu defnyddio, dylai ysgolion ymestyn o leiaf 5 gris (1.05m) heibio'r pwynt glanio neu uwchlaw'r gris uchaf lle mae'r traed yn gorwedd.
- Dylid gosod yr ysgolion un metr allan ar y gwaelod ar gyfer pob pedwar metr mewn uchder.
- Dylid diogelu'r ysgolion ar y top ac os nad yw hyn yn ymarferol, dylid diogelu ysgolion yn agos at y gwael neu osod pwysau neu droed er mwyn atal yr ysgol rhag fflipio.
- Dylai'r gorgyffwrdd ar gyfer ysgolion estyn fod yn hyd at 5m hyd cau 2 ris, 5-6m hyd cau 3 gris, a dros 6m hyd cau 4 gris.
- Dim ond un person ddylai fod ar yr ysgol ar unrhyw un pryd.
- Dylai gweithwyr fod wedi'u hyfforddi i gludo offer mewn bag ysgwydd neu wisgo gwregys offer. Dylid ystyried defnyddio olwyn craen neu gyfarpar codi arall.
- Dylai gweithwyr gael eu hyfforddi'n llawn wrth ddefnyddio'r ysgol.
- Peidiwch byth â defnyddio ysgolion wrth ymyl llinellau trydan neu mewn gwyntoedd cryf.

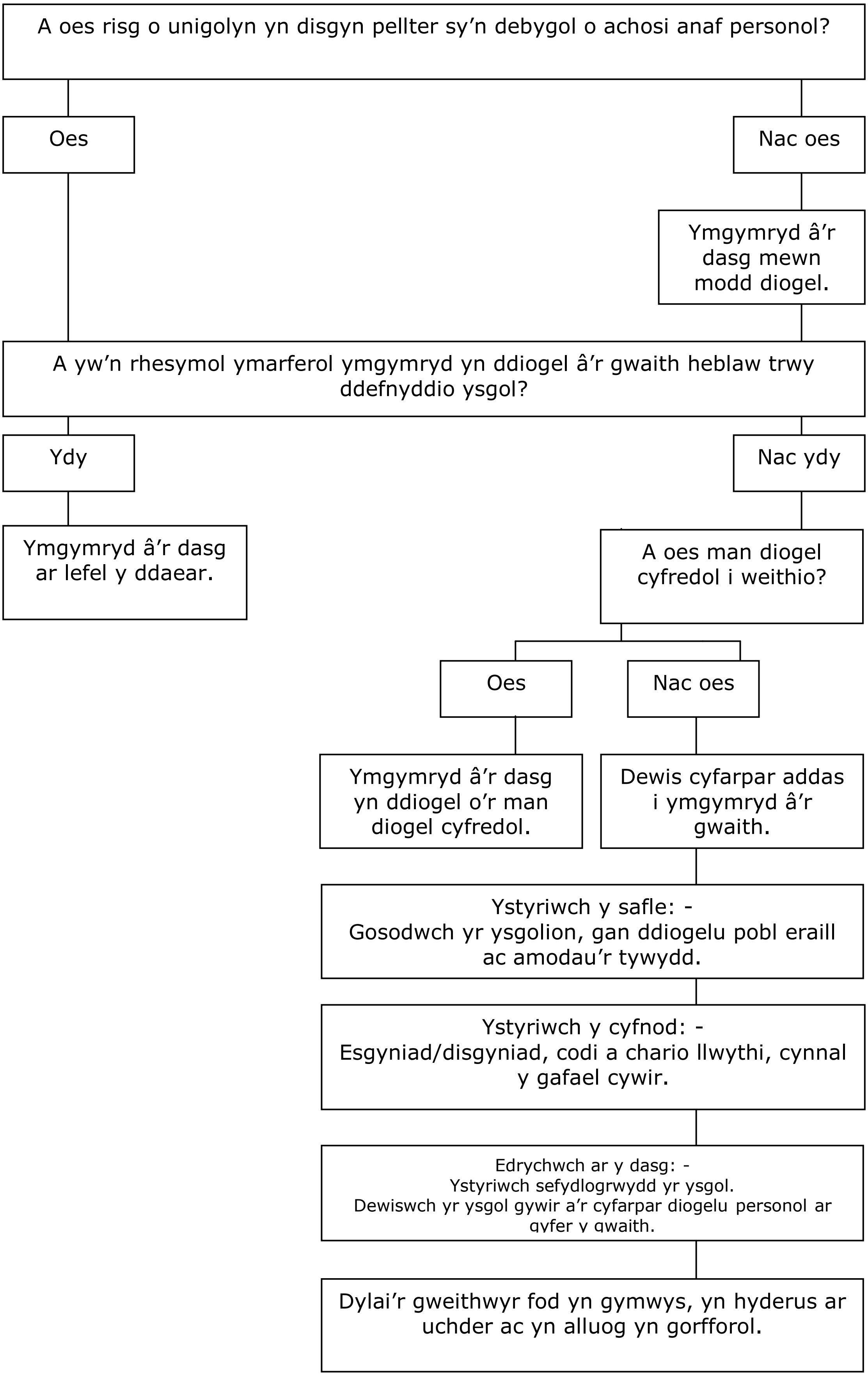
Defnyddio ysgolion bach yn ddiogel

- Dylai ysgolion bach fod o wneuthuriad cadarn ac mewn cyflwr da.
- Dylai unrhyw linynnau neu strapiau fod o hyd cyfartal ac mewn cyflwr da.
- Rhaid i unrhyw garntroeon metel rhwng y coesau gael eu cloi yn eu lle.
- Rhaid agor coesau ysgolion bach yn llawn wrth eu defnyddio.
- Rhaid gosod yr holl groesau yn gadarn ac yn sgwâr ar wyneb lefel cadarn.
- Dylid gosod yr ysgol fach yn agos at y gwaith er mwyn atal gor-ymestyn.
- Dylid gosod ysgolion bach ar onglau sgwâr i'r gwaith os gallai'r gwaith achosi grym digonol i wneud yr ysgol fach yn anaddas os bydd yn cael ei defnyddio i'r ochr.
- Ni ddylid defnyddio'r gris uchaf oni bai ei bod wedi'i chynllunio fel llwyfan gyda dolen ddiogel.
- Wrth ei defnyddio, dylid cadw'r pengliniau yn is na thop y grisiau er cefnogaeth a sefydlogrwydd.
- Dim ond un unigolyn a ddylai ddefnyddio'r ysgol fach ar unrhyw un pryd.
- Dylid lleoli'r ysgol fach neu gymryd mesurau i atal yr ysgolion bach rhag cael eu taro gan ddrysau, cerbydau ayyb.

Cyfrifoldebau gweithwyr

- Cadw at gyfarwyddyd, hyfforddiant a gwybodaeth a ddarperir gan y cyflogwr ar ddefnyddio ysgolion yn ddiogel.
- Gwirio a yw math y gweithgaredd gwaith yn gofyn am ddefnyddio ysgol; sefydlu a yw'r ysgol yn addas ar gyfer y dasg a pharu'r ysgol gyda'r swydd.
- Sicrhau bod yr ysgol mewn cyflwr da; gwirio ei bod wedi'i harolygu a'i storio'n gywir; gwirio a yw unrhyw atgyweiriadau wedi'u gwneud yn gywir; ei bod wedi'i chynnal yn rheolaidd a'i bod yn rhydd rhag diffyg, o wneuthuriad da a deunydd cadarn.
- Adrodd ar unrhyw ysgolion diffygiol wrth y cyflogwr ar unwaith.
- Defnyddio cyfarpar diogelu personol a ddarperir gan y cyflogwr.
- Cynghori'r cyflogwr ar unrhyw faterion iechyd, a allai effeithio ar y gallu i weithio ar uchder.

Siart llif diogelwch ysgol



Goleuadau

Disgrifiad

Mae darparu lefelau goleuadau digonol i alluogi pobl i weithio yn anghenraid sylfaenol. Bydd goleuadau da sy'n ystyried anghenion ffisiolegol a seicolegol gweithwyr yn creu amgylchedd gwaith sy'n groesawgar, yn symbylu ac yn gynhyrchiol.

Peryglon cysylltiedig

- Anafiadau corfforol.
- Llithro/disgyn.
- Peryglon trydanol.

Cyfrifoldebau'r cyflogwr

Er mwyn diogelu gweithwyr ac ymwelwyr rhag y peryglon posibl a gyflwynir gan oleuadau annigonol, bydd Urdd Gobaith Cymru yn: -

- Ymgymryd ag asesiad o oleuadau yn y gweithle i bennu a yw'n addas. Bydd hyn yn rhoi ystyriaeth i weithwyr gyda chyfyngiadau gweledol ynghyd ag anghenion pobl hŷn.
- Cymryd unrhyw fesurau angenrheidiol i wella'r risgiau a ganfuwyd o ganlyniad i'r asesiad.
- Hyfforddi gweithwyr ar sut i addasu ar gyfer goleuadau cywir yn eu swyddi er mwyn atal blinder gweledol.
- Sicrhau bod y gwaith yn cael ei gynnal trwy olau naturiol lle bynnag fo hynny'n bosibl.
- Cymryd rhagofalon yn erbyn disgleirdeb.
- Sicrhau bod goleuadau'n cael eu lleoli er mwyn osgoi risgiau i iechyd a diogelwch (tân ayyb).
- Sicrhau bod goleuadau atodol yn cael eu darparu, fel y bo'n briodol.
- Sicrhau bod mynediad diogel yn cael ei ddarparu er mwyn glanhau neu newid y goleuadau neu'r ffenestri.
- Datblygu systemau gwaith diogel ar gyfer glanhau neu newid o'r fath.

Gall Urdd Gobaith Cymru fabwysiadu'r safonau a argymhellir isod: -

- Goleuadau awyr agored, yn enwedig lle fo diogelwch personol yn fater – 20 lux, yn cael ei gynnal yn gyson.
- Baeau llwytho ac ardaloedd gwaith awyr agored – 50 lux.
- Gwaith sy'n gofyn am ganfyddiad cyfyngedig o fanylion – 100 lux.
- Goleuadau lleol mewn gorsafoedd gweithio unigol - 200-500 lux heb ffynonellau llachareddd (h.y. golau haul uniongyrchol, bylbiau golau heb gysgodlenni ayyb).
- Staerau a grisiau symudol - 300 lux, wedi'u goleuo i gynnig gwrthgyferbyniad da rhwng y grisiau a chodwyr y grisiau.
- Selerau ac ystafelloedd storio – 300 lux.
- Pwyntiau croesi ar lwybrau traffig – 300 lux, wedi'u cynnal yn gyson.

Goleuadau brys

Efallai y bydd angen goleuadau brys i oleuo llwybr dianc mewn achos o wacáu brys (goleuadau dianc), neu er mwyn caniatáu gwaith parhaus neu helpu i wacáu ardaloedd sydd â diffyg goleuadau naturiol, pe bai'r goleuadau arferol yn methu (goleuadau wrth gefn).

Bydd goleuadau dianc yn cael eu darparu i: -

- Nodi'r llwybr dianc yn glir.
- Caniatáu symudiad diogel ar hyd y llwybr a thrwy allanfeydd.
- Sicrhau bod cyfarpar diffodd tân, pwyntiau galw ac offer brys eraill yn gallu cael eu lleoli yn rhwydd a bod unrhyw gyfarwyddiadau yn cael eu gweld.

Dylai goleuadau dianc gael eu troi ymlaen o fewn pum eiliad i'r goleuadau arferol fethu, a darparu o leiaf goleuder o 1-lux ar lefel y llawr. Er y bydd hyn yn ymddangos yn 'dywyll' mae'n ddigonol ar gyfer symud yn ddiogel yn ystod achos brys. Y nod yw darparu lefel o oleuadau sy'n debyg i olau leuad.

Dylai'r ardal sy'n union y tu allan i'r allanfa olaf gael ei goleuo, er mwyn helpu i wacáu'r rheini sy'n gadael yr eiddo ar frys yn ystod oriau'r nos. At ran fwyaf o ddibenion, dylai goleuadau wrth gefn sy'n para rhwng awr a thair awr fod yn foddhaol.

Rhaid i weithwyr:-

- Adrodd ar unrhyw oleuadau diffygiol wrth y cyflogwr neu'r landlord.
- Adrodd ar unrhyw anghysur a brofwyd o ganlyniad i oleuadau yn y gweithle.
- Cydweithredu gyda threfniadau rheoli ar gyfer goleuadau'r gweithle.

Gweithiwr unig / symudol

Disgrifiad

Gall gweithwyr unig fod yn unrhyw un sy'n gweithio ar ei ben ei hun/ar ei phen ei hun heb gyswllt neu oruchwyliaeth uniongyrchol. Ymhlith yr enghreifftiau y mae:- unigolyn yn gweithio ar ei ben ei hun mewn gweithdy, gweithwyr gartref, unigolion sy'n gweithio mewn swyddfa ar eu pennau eu hunain, unigolion yn gweithio y tu allan i oriau arferol ar eu pennau eu hunain a gweithwyr symudol neu gylchynol.

Peryglon cysylltiedig

- Damweiniau.
- Tân.
- Darpariaeth annigonol o orffwys, hylendid a lles.
- Trais tra yn y gwaith.
- Gweithgareddau codi a chario.
- Trafnidiaeth yn torri/damwain ar y ffordd.
- Amodau tywydd difrifol.
- Anaf wrth fynd i mewn i eiddo anniogel.
- Diffyg gwelededd annigonol, oherwydd goleuadau gwael.

Cyfrifoldebau'r cyflogwr

Mae Urdd Gobaith Cymru yn sylweddoli y gallai nifer o bryderon fod yn gysylltiedig â gweithio unig, er mwyn lliniaru ar y pryderon hyn byddwn yn: -

- Adnabod yr holl weithwyr sy'n weithwyr unig.
- Gwneud asesiad addas a digonol o'r risg i iechyd a diogelwch y gweithwyr hyn ac eraill a allai gael eu heffeithio.
- Adnabod y mesurau ataliol ac amddiffynnol sy'n ofynnol, hyd y gellir yn rhesymol ymarferol.
- Sicrhau bod dulliau wedi'u sefydlu i roi cyfrif am, ac olrhain, lleoliad gweithwyr sy'n weithwyr unig a bod y systemau hyn yn cael eu gwirio'n rheolaidd.
- Sicrhau bod hyfforddiant mewn sgiliau rhyngbersonol, rheoli ymddygiad ymosodol a diogelwch personol, sy'n pwysleisio atal a bod asesu risg parhaus ar waith ac ar gael i weithwyr.
- Gwirio nad oes gan weithwyr unig unrhyw gyflyrau meddygol, sy'n eu gwneud yn anaddas ar gyfer gweithio unig.
- Bydd goruchwylio gweithwyr unig yn cael ei ddarparu a bydd wedi'i seilio ar ganfyddiadau'r asesiad risg.
- Sefydlu gweithdrefnau brys mewn ymgynghoriad gyda gweithwyr.
- Sicrhau bod cefnogaeth briodol yn cael ei rhoi i staff ar ôl digwyddiad.

<u>Cyfrifoldebau gweithwyr</u>

Rhaid i weithwyr, sy'n cael eu hadnabod fel gweithwyr unig:-

- Gydweithredu gyda'r cyflogwr trwy gadw at reolau a gweithdrefnau a gynlluniwyd i ddiogelu eu diogelwch fel gweithiwr unig.
- Darparu gwybodaeth ar eu lleoliad yn ystod oriau gwaith wrth y cyflogwr.
- Adrodd ar yr holl ddigwyddiadau yn ymwneud â gweithio unig / symudol i'r Rheolwr Llinell gan ddefnyddio gweithdrefn adrodd Urdd Gobaith Cymru.

Rhestr wirio gweithiwr unig - cyflogwr

A yw gweithwyr sy'n gwneud ymweliadau unig: -

- Wedi'u hyfforddi'n llawn mewn strategaethau ar gyfer atal trais?
- Wedi'u briffio ynghylch yr ardal lle maent yn gweithio?
- Yn ymwybodol o agweddau, nodweddion neu ddullweddau, sy'n cythruddo cleientiaid ayyb?
- Wedi derbyn yr holl wybodaeth sydd ar gael ynghylch y dasg gan yr holl ffynonellau perthnasol?

A: -

- Ydynt wedi gadael teithlen?
- Ydynt wedi gwneud cynlluniau i gadw mewn cysylltiad gyda chi, cydweithiwr neu berson arall?
- Oes ganddynt ddull o gysylltu â chi os yw'n angenrheidiol – hyd yn oed os nad yw'r prif switsfwrdd yn cael ei ddefnyddio?
- Oes ganddynt eich rhif ffôn cartref (a chi wedi derbyn ei un hwy), neu a oes trefniadau eraill wedi'u gwneud ar gyfer cysylltu?
- Oes ganddynt afael gadarn ar eich strategaeth ataliol, y polisi diogelwch ac unrhyw weithdrefn diogelu staff?
- Oes ganddynt yr awdurdod i drefn ymweliad â chwmni, hebryngwr diogelwch neu ddefnydd ar ddulliau amgen o drafnidiaeth os yw'n angenrheidiol?

A ydynt: -

- Yn cario ffurflenni ar gyfer adrodd ar ddigwyddiadau, neu a ydynt yn ymwybodol y dylid llanw'r ffurflenni cyn gynted â phosibl ar ôl digwyddiad?
- Yn gwerthfawrogi'r angen ar gyfer y weithdrefn hon?
- Yn eu defnyddio?
- Yn gwybod eich agwedd tuag at derfynu ymweliadau cyn pryd?
- Gwybod sut i reoli a thawelu sefyllfaoedd sydd â'r potensial i fod yn dreisgar?
- Gwerthfawrogi eu cyfrifoldeb dros eu diogelwch eu hunain (a diogelwch eraill sy'n gwmni)?
- Yn deall y ddarpariaeth ar gyfer eu cefnogaeth gan eich sefydliad?

Rhestr wirio gweithiwr unig - gweithiwr

A -

- Ydych chi wedi derbyn yr holl hyfforddiant perthnasol ynghylch trais i staff?
- Oes gennych chi afael gadarn ar bolisi diogelwch Urdd Gobaith Cymru ac unrhyw weithdrefn diogelu staff?
- Oes gennych syniad clir ynghylch yr ardal lle'r ydych chi'n mynd?
- Ydych wedi trefnu hebryngwr neu ddefnyddio dulliau amgen o drafnidiaeth, os yw'n angenrheidiol?
- Ydych chi wedi gwneud apwyntiadau?
- Ydych chi wedi gadael eich teithlen ac amserau cyrraedd/gadael disgwyliedig?
- Ydych chi wedi dweud wrth gydweithiwr neu reolwr ynghylch newid mewn cynllun?
- Ydych chi wedi gwneud trefniadau i gysylltu os yw'ch dychweliad yn hwyr?
- Ydych chi wedi asesu risg yr ymweliad gyda'r cyflogwr - a oes potensial ar gyfer ymosodiad personol?

A ydych chi'n cario: -

- Neu a ydych chi'n ymwybodol lle mae'r ffurflenni ar gyfer cofnodi ac adrodd ar "ddigwyddiadau"?
- Larwm personol a ffôn symudol? A ydynt yn gweithio? A ydynt yn ddefnyddiol?
- Bag/cas briff sy'n awgrymu bod gennych arian neu bethau gwerthfawr gyda chi? A yw hyn yn ddoeth lle'r ydych chi'n mynd heddiw/heno?
- Rhifau ffôn y tu hwnt i oriau gwaith ayyb er mwyn galw am gymorth?

A allwch chi: -

- Fod yn sicr na fydd eich agweddau, iaith gorfforol ayyb yn achosi trafferth?
- Tawelu problemau posibl a rheoli ymddygiad ymosodol?

Cofiwch y tri pheth hyn wrth ymweld: archwilio, gwirio, gwyliadwriaeth

Cynnal a Chadw

Disgrifiad

Bob blwyddyn, mae nifer o ddamweiniau yn deillio o ddefnyddio cyfarpar yn y gwaith, gan gynnwys peiriannau. Mae llawer yn ddifrifol ac eraill yn angheuol.

Trwy ddefnyddio cyfarpar, sy'n cael eu cadw'n dda, a weithredir gan staff wedi'u hyfforddi'n ddigonol, gellir gostwng neu atal damweiniau a'r costau ariannol cysylltiedig. Mae cynnal a chadw yn cynnwys glanhau ac addasu.

Peryglon cysylltiedig

- Peidio ag ymgymryd â chynnal a chadw rhestredig yn ôl y gofyn neu'r cynnal a chadw torri i lawr yn annigonol, yn arwain at fethiannau cuddiedig yn yr eitemau diogelwch hanfodol.
- Gwall dynol neu anallu staff cynnal a chadw.
- Cyfathrebu gwael rhwng staff cynnal a chadw a gweithwyr.
- Staff heb awdurdod yn ymgymryd â swyddogaethau cynnal a chadw.
- Methiant i ail-gomisiynu peiriannau yn gywir ar ôl cynnal a chadw i sicrhau nad yw gweithrediadau yn effeithio er gwaeth yn nhermau ystyriaethau diogelwch.

Cyfrifoldebau'r cyflogwr

Bydd Urdd Gobaith Cymru yn: -

- Ymgymryd ag asesiadau risg addas a digonol, yn adnabod sut y dylai cyfarpar gael eu hynysu cyn ymgymryd ag unrhyw waith cynnal a chadw ac sy'n adnabod sut y bydd rhannau trwm o beiriannau yn cael eu symud.
- Gweithredu'r mesurau priodol ar gyfer diogelu unrhyw un sy'n ymgymryd â gweithrediadau cynnal a chadw os yw'r asesiad wedi nodi bod y dasg yn cynnwys risg arwyddocaol i iechyd a diogelwch.
- Sicrhau bod yr holl gyfarpar gwaith yn cael eu cynnal a'u cadw mewn cyflwr gweithio da a lle fo'n angenrheidiol, bod cofnod cynnal a chadw ysgrifenedig yn cael ei gadw'n gyfredol.
- Sicrhau bod yr holl unigolion sy'n cynnal, goruchwylio neu reoli gwaith cynnal a chadw yn gymwys i wneud hynny.
- Sefydlu rheolau diogelwch ar gyfer sut y mae tasgau cynnal a chadw yn cael eu perfformio.
- Sicrhau defnydd ar offer estyniad sy'n atal gweithwyr rhag cael eu dinoethi i rannu o beiriannau sy'n symud wrth lanhau, datgloi, iro ayyb. Bydd Urdd Gobaith Cymru hefyd yn darparu hyfforddiant ar eu defnydd.
- Sicrhau bod yr holl staff yn gwbl ymwybodol o weithdrefnau adrodd er mwyn hysbysu unigolyn cyfrifol o unrhyw broblemau neu weithredu unrhyw gamau adferol angenrheidiol.
- Ceisio sicrwydd ar reolaeth unigryw os oes yn rhaid egnioli peiriannau yn ystod addasu, datgloi neu gynnal a chadw mewn modd arall.
- Cyflenwi'r holl gyfarpar diogelu personol angenrheidiol sy'n rhaid eu gwisgo wrth ymgymryd â gwaith cynnal a chadw.
- Sicrhau bod gweithdrefnau cau allan wedi'u sefydlu, sy'n gofyn i'r holl ffynonellau trydanol, peiriannol, hydrolig neu egni niwmatig gael eu hynysu o'r peiriant trwy gloi allan yn gorfforol a defnyddio arwyddion neu dagiau rhybudd.
- Sicrhau bod gweithwyr yn cael eu hyfforddi ac yn gymwys i ddefnyddio'r weithdrefn cau allan.

Cyfrifoldebau gweithwyr

Rhaid i weithwyr:-

- Gadw at gyfarwyddyd, arweiniad a systemau gwaith diogel yng nghyswllt cynnal a chadw peiriannau.
- Hysbysu'r cyflogwr o unrhyw broblemau neu beryglon ar beiriant, megis rhai diamddiffyn.
- Peidio ag ymgymryd ag unrhyw weithgareddau cynnal a chadw ar beiriannu oni bai eich bod wedi'ch hyfforddi i wneud hynny.
- Cydweithredu gyda threfniadau'r rheolwyr er mwyn cynnal a chadw peiriannau.
- Gwneud defnydd da a chywir o'r holl gyfarpar diogelu personol sydd wedi'u rhoi iddynt.

Codi a Chario

Disgrifiad

Gall anafiadau codi a chario ddigwydd lle bynnag mae pobl yn gweithio. Mae gwaith llaw, osgo lletchwith, codi a chario deunyddiau â llaw ac anafiadau blaenorol neu gyfredol oll yn ffactorau risg sy’n gysylltiedig â datblygu anafiadau codi a chario. Diffinnir codi a chario trwy gefnogi a chludo llwyth trwy ymdrech ddynol gan gynnwys codi, gostwng, gwthio, tynnu neu gario.

Peryglon cysylltiedig

- Ysigiadau.(Sprains, Strains)
- Torgesti (Hernia).
- Difrod i’r cymalau, gewynnau, cyhyrau a fertebrau.
- Llithro, baglu a chwympo

Cyfrifoldebau’r cyflogwr

Bydd Urdd Gobaith Cymru yn sicrhau: -

- Bod gweithrediadau codi a chario sy’n cyflwyno risg o anaf yn cael eu hadnabod.
- Bod gweithrediadau codi a chario sy'n cyflwyno risg o anaf yn cael eu hosgoi, hyd y gellir yn ymarferol, trwy gael gwared ar yr angen i'r llwyth gael ei symud neu trwy gyflwyno awtomatiaeth neu fecaneiddio.
- Dylai’r gweithrediadau hynny na ellir eu hosgoi gael eu hasesu gan ddefnyddio ymdriniaeth ergonomig sy’n ystyried elfennau Tasg, Gallu Unigol, Llwyth ac Amgylchedd er mwyn pennu’r lefel risg. Bydd yr asesiad yn cael ei gofnodi i ddangos ei fod wedi digwydd ac er mwyn caniatáu ar gyfer adolygu rhwydd os yw’r amgylchiadau’n newid.
- Bod mesurau sy’n ofynnol i gael gwared ar risg, neu ei ostwng i'r lefel isaf sy’n ymarferol, yn cael eu hadnabod o’r wybodaeth yn yr asesiad risg ac yn cael eu defnyddio i weithredu system weithio ddiogel.
- Bod unrhyw waith newydd a allai gynnwys gweithrediadau codi a chario yn cael ei asesu a bod systemau gwaith diogel yn cael eu gweithredu cyn i'r gwaith ddechrau.
- Bod adolygiadau blynyddol yn cael eu gwneud o asesiadau i sicrhau eu bod yn parhau'n ddilys ond bod ailasesiad yn cael ei gynnal ar unwaith os yw unrhyw un o gydrannau'r sefyllfa gwaith wedi newid.
- Bod digwyddiadau sy’n arwain at anaf anhwylder cyhyrysgerbydol i staff yn cael eu hymchwilio’n llawn a bod asesiadau risg a systemau gwaith yn cael eu hadolygu yng ngoleuni digwyddiadau o’r fath.
- Bod staff sy’n cael eu recriwtio i swyddi sy’n cynnwys codi a chario yn addas ar gyfer y gwaith y mae gofyn iddynt ymgymryd ag ef, bod disgrifiadau swydd sy’n cael eu hanfon at ymgeiswyr cyflogaeth yn cynnwys manylion y tasgau codi a chario lle fo'r rhain yn ofyniad i'r swydd, a bod staff yn y swydd yn parhau i fod yn addas ar gyfer y gwaith.
- Bod gwybodaeth, hyfforddiant a goruchwyliaeth addas yn cael eu darparu ar gyfer yr holl weithwyr sy'n gysylltiedig â thasgau codi a chario a bod hyfforddiant o'r fath yn cael ei gofnodi, ei fonitro, ei werthuso a'i adolygu.
- Bod gwybodaeth ddigonol ynghylch llwythi a'r amgylchedd yn cael ei rhoi i weithwyr eraill sydd â rheolaeth dros weithwyr ar yr eiddo ac i gontractwyr hunangyflogedig a fydd yn galluogi iddynt fodloni eu cyfrifoldebau o dan y rheoliadau.
- Bod eiddo y tu allan i'r gweithle rheolaidd lle gallai gweithwyr fod yn gorfod ymgymryd â gweithrediadau codi a chario yn cael eu hystyried wrth ymgymryd ag asesiad codi a chario.

- Bod unrhyw drefniadau penodol ar gyfer cydymffurfio â'r Rheoliadau sy'n cael eu cyflwyno yn cael eu dogfennu a'u cynnwys yn y polisi diogelwch.

Cyfrifoldebau gweithwyr

Dylai gweithwyr sy'n gysylltiedig â gweithgaredd codi a chario:-

- Gadw at y system gweithio diogel a gynllunnir a chyflwynir gan y cyflogwr ac ni ddylent wyro oddi wrth hyn heb reswm da.
- Peidio ag ymgymryd â gweithgaredd codi a chario pan fydd dewisiadau amgen ymarferol yn bodoli.
- Defnyddio cymhorthion mecanyddol sydd wedi'u darparu i'w defnyddio ac y maent wedi'u hyfforddi i'w defnyddio. Dylid adrodd ar unrhyw ddiffygion gyda chymhorthion mecanyddol ar unwaith wrth y cyflogwr.
- Cynorthwyo a chydweithredu gyda'r broses o asesu risg.
- Cynorthwyo'r cyflogwr gyda gweithredu hyfforddiant staff, mynychu sesiynau hyfforddi yn ôl y gofyn a dylent gymhwyso'r wybodaeth a sicrhawyd o'r hyfforddiant i'w gwaith beunyddiol.
- Adrodd ar yr holl ddamweiniau, anafiadau neu ddamweiniau fu bron a digwydd sy'n gysylltiedig â gweithgareddau codi a chario - waeth pa mor fach ydynt.
- Hysbysu'r cyflogwr os na allant ymgymryd â'u dyletswyddau codi a chario arferol oherwydd anaf, salwch neu unrhyw gyflwr arall.
- Peidio ag ymgymryd ag unrhyw weithred codi a chario y credant sydd y tu hwnt i'w gallu.
- Adrodd ar unrhyw systemau gwaith anniogel wrth y cyflogwr.

Ffonau Symudol

Mae’n drosedd i unrhyw un yrru cerbyd modur os nad oes ganddo/ganddi reolaeth briodol ar y cerbyd.

Ers mis Chwefror 2007, fe osoda Adran 26 y Ddeddf Diogelwch ar y Ffyrdd gosb benodedig ar gyfer defnyddio ffôn llaw wrth yrru ar £60 a thri phwynt cosb. Mae’r un costau yn berthnasol am beidio â chael rheolaeth gywir ar gerbyd - mesur y gellir ei ddefnyddio hefyd os yw sylw gyrrwr wedi’i wrthdynnu trwy ddefnyddio ffôn symudol heb ddwylo.

Ni roddir hawl o dan unrhyw amgylchiadau i weithwyr ddefnyddio ffonau llaw neu unrhyw ddyfais llaw tebyg e.e. Cynorthwyydd Data Personol wrth yrru. Mae'r gwaharddiad hefyd yn berthnasol pan fyddant wedi stopio wrth oleuadau traffig neu yn ystod tagfeydd a allai ddigwydd yn ystod siwrnai arferol pan fydd disgwyl i gerbyd ailddechrau ar ôl cyfnod byr.

Er mwyn cydymffurfio gyda’r ddeddfwriaeth, mae’n bwysig bod y ffôn yn y crud (ac nid yn gorffwys ar y sedd neu yn y boced) ac wedi’i osod mewn safle na fyddai yn eich gwrthdynnu oddi ar y ffordd wrth i chi ei ddefnyddio.

Mae gyrwyr yn parhau i wynebu risg o erlyniad (am fethiant i reoli'n gywir) hyd yn oed os ydynt yn defnyddio ffonau heb ddwylo wrth yrru.

Rhoddir yr arweiniad a ganlyn i’r holl yrwyr y mae gofyn iddynt ddefnyddio citiau ffonau symudol heb ddwylo:-

- Defnyddio’r ffôn dim ond pan fydd hi’n ddiogel iddynt wneud hynny.
- Deall sut mae eich ffôn yn gweithredu a defnyddio cyfleuster deialu cyflym un cyffyrddiad.
- Dim ond cydnabod galwadau sy’n dod i mewn ar system heb ddwylo, lle fo’r ateb yn awtomatig neu gyda botwm un cyffyrddiad.
- Dim ond defnyddio ymatebion byr a nodi y byddwch yn dychwelyd yr alwad pan fydd hi’n ddiogel gwneud hynny.

Lle bynnag fo hynny’n bosibl, dylai gyrwyr oedi rhag gwneud galwadau allan wrth yrru.

<u>Defnydd Cyffredinol ar Ffonau Symudol</u>

Defnyddiwch y ffôn symudol dim ond pan fo hi’n hanfodol gwneud hynny a pheidiwch â defnyddio’r ffôn yn hwy nag sy’n angenrheidiol.

Peidiwch â phwyso’r ffôn ar eich clust neu ar ochr eich pen; ceisiwch adael bwlch rhwng eich clust a’r set law os yn bosibl.

Wrth wneud galwadau, neu wrth dderbyn galwadau, gan ddefnyddio ffonau symudol, cofiwch ofyn a yw hi’n ddiogel siarad.

Mamau newydd a Mamau beichiog

Disgrifiad

Nid yw beichiogrwydd yn salwch ac er ei bod hi'n bwysig sylweddoli bod nifer naturiol o broblemau ar gyfer mamau newydd a mamau beichiog ac i'w plentyn, gallai eu hiechyd gael ei effeithio gan ffactorau gweithle allanol.

Rydym yn ymrwymedig i amddiffyn iechyd a diogelwch holl famau newydd a mamau beichiog. Mae'r cymal "mamau newydd a mamau beichiog" yn golygu gweithiwr sy'n feichiog, sydd wedi rhoi genedigaeth o fewn y chwe mis blaenorol neu sy'n bwydo o'r fron. Diffinnir "rhoi genedigaeth" yn y rheoliadau fel esgor ar blentyn byw neu, ar ôl 24 wythnos o feichiogrwydd, esgor ar blentyn marw-anedig.

Peryglon cysylltiedig

- Corfforol.
- Biolegol.
- Cemegol.
- Seicolegol.

Cyfrifoldebau'r cyflogwr

Er mwyn diogelu iechyd a diogelwch mamau newydd a beichiog, bydd Urdd Gobaith Cymru yn: -

- Ymgymryd ag asesiad risg er mwyn adnabod unrhyw gamau y mae'n rhaid mynd i'r afael â hwy neu eu gweithredu i sicrhau amgylchedd gweithio diogel ar gyfer mamau newydd neu feichiog. Bydd yr asesiad risg yn barhaus i roi ystyriaeth i'r risgiau posibl a allai ddigwydd ar wahanol gyfnodau o'r beichiogrwydd.
- Sicrhau bod yr holl fesurau ymarferol yn cael eu cymryd i isafu'r dinoethiad i gemegau ac asiantau niweidiol posibl eraill.
- Darparu gwybodaeth i weithwyr fel rhan o'u hyfforddiant sefydlu a diogelwch parhaus ar unrhyw broblemau atgenhedlu cydnabyddedig sy'n gysylltiedig â'u cyflogaeth.
- Ystyried yr effeithiau posibl neu wrthwynebus i'r fam newydd neu feichiog a'i phlentyn heb ei eni yn ystod yr asesiad risg a gynigir gan amodau gweithle. Bydd yr asesiadau hyn ar gael i'r gweithwyr perthnasol.
- Gofyn i weithwyr adrodd wrth y cyflogwr cyn gynted ag yr amheuir eu bod yn feichiog er mwyn rhoi'r cyngor angenrheidiol.
- Trefnu i egwyliau gorffwys aml gael eu cymryd gan y fam newydd neu feichiog.
- Darparu cyfleusterau priodol ar gyfer mamau beichiog ac sy'n bwydo o'r fron er mwyn gorffwyso e.e. ystafell orffwyso wedi'i chyfarparu gyda chadair gyfforddus.
- Er gwaethaf yr holl fesurau ymarferol sy'n cael eu cymryd, os yw'r cyflogwr yn ystyried bod risg atgenhedlol annerbyniol i fam newydd neu feichiog, bydd y cwmni yn cymryd yr holl gamau ymarferol i ganfod cyflogaeth ar ei chyfer. Os na ellir canfod cyflogaeth amgen boddhaol, bydd y gweithiwr yn cael ei wahardd yn feddygol o gyflogaeth yn unol â thelerau'r Ddeddf Hawliau Cyflogaeth.

Mae Urdd Gobaith Cymru yn cefnogi hawl y fenyw i fwydo ei babi o’r fron cyhyd ag y mae’n dymuno gwneud hynny. O dan Gyfarwydded yr Undeb Ewropeaidd ar Weithwyr Beichiog a Rheoliadau Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith dilynol, mae gennym gyfrifoldeb i amddiffyn diogelwch ac iechyd yn y gwaith y gweithwyr beichiog neu weithwyr sydd wedi rhoi genedigaeth yn ddiweddar neu sy’n bwydo o’r fron.

Bydd y cwmni hefyd yn: -

- Cymryd agweddau positif a chefnogol tuag at weithwyr sy'n dychwelyd i'r gwaith ac yn bwydo o'r fron.
- Asesu’r risg i'r holl weithwyr, gan gynnwys mamau newydd a beichiog, a gwneud yr hyn sy’n rhesymol ymarferol i reoli’r risgiau hynny.
- Sicrhau bod gwybodaeth ynghylch bwydo o’r fron ar gael i weithwyr beichiog.
- Lle bynnag fo’n bosibl, caniatáu hyblygrwydd priodol mewn oriau gwaith, gan gynnwys egwyliau rheolaidd ar gyfer gweithwyr sy’n dymuno bwydo o’r fron neu sydd eisiau gwasgu llaeth.
- Sicrhau bod ardal lân a phreifat ar gael o fewn oergell bwrpasol, i'w defnyddio ar gyfer gweithwyr sy’n bwydo o’r fron.
- Er mwyn defnyddio’r amddiffyniad hwn, rhaid i ferched hysbysu eu cyflogwr yn ysgrifenedig eu bod yn bwydo o’r fron.

<u>Cyfrifoldebau gweithwyr</u>

Bydd gweithwyr yn:-

- Adrodd wrth eu cyflogwr cyn gynted ag y gellir cadarnhau beichiogrwydd.
- Cadw at gyngor a gwybodaeth a roddir gan y cyflogwr mewn perthynas ag arferion gweithio diogel.
- Adrodd ar unrhyw sefyllfa beryglus wrth y cyflogwr er mwyn gwneud trefniadau ar gyfer cymryd camau adferol.
- Defnyddio’r holl gyfarpar diogelu neu ddiogelwch a ddarperir gan y cyflogwr.
- Cydweithredu gyda threfniadau rheoli dros iechyd a diogelwch.

Asthma Galwedigaethol

Disgrifiad

Mae Urdd Gobaith Cymru yn adnabod mai asthma galwedigaethol yw’r clefyd resbiradol galwedigaethol yr adroddir amdano amlaf ym Mhrydain Fawr. Er mwyn gostwng y risg o asthma galwedigaethol, bydd y cwmni yn asesu'r potensial ac yn cyflwyno rheoliadau i ostwng y risg i lefel dderbyniol.

Ymhlith y sylweddau peryglus cysylltiedig y mae

- Isocyanad.
- Blawd/llwch gronynnau.
- Llwch pren.
- Latecs.
- Fflwcs sodr.
- Anifeiliaid.
- Gludion neu resinau.

Cyfrifoldebau’r cyflogwr

Er mwyn cynnal amgylchedd gwaith diogel ar gyfer yr holl weithwyr ac eraill a allai gael eu heffeithio gan ein prosesau gwaith, bydd Urdd Gobaith Cymru yn: -

- Adnabod y peryglon - Gallai’r ddalen data diogelwch a labeli cynnyrch gynorthwyo. Mae’r cymal risg R42 “gallai achosi sensiteiddio trwy anadliad” yn nodi’r angen i gynnal asesiad COSHH llawn.
- Penderfynu pwy y gellir eu niweidio a sut.
- Gwerthuso a monitro’r risgiau – dylid talu sylw arbennig i’r potensial o’r sylwedd yn cael ei ryddhau i'r aer.
- Gweithredu rheolaethau a fydd yn atal dinoethiad gweithwyr (ac eraill) i sylweddau sydd â’r potensial i achosi asthma galwedigaethol.
- Lle fo’n berthnasol, amlinellwch weithdrefnau ar gyfer ymateb i achos newydd o asthma sydd wedi’i gadarnhau, a allai fod yn alwedigaethol gysylltiedig.
- Adrodd unrhyw afiechyd hysbysadwy y mae Meddyg Teulu wedi gwneud diagnosis i'r awdurdod gorfodi.
- Darparu gwyliadwriaeth iechyd addas a chynnal cofnodion ar gyfer yr holl weithwyr sy’n agored neu wedi’u dinoethi i sensiteiddwyr resbiradol.

Cyfathrebwch wybodaeth, cyfarwyddyd a hyfforddiant priodol i'r holl unigolion a allai gael eu dinoethi i sylweddau peryglus i iechyd, a bydd hyn yn cynnwys: -

- Symptomau nodweddiadol asthma.
- Natur unrhyw sylweddau a ddefnyddir gan y cwmni sy’n debygol o achosi asthma galwedigaethol.
- Gwybodaeth ar natur y sensiteiddwyr h.y. unwaith y mae sensiteiddio yn digwydd fe allai fod yn barhaol ac effeithiau tebygol dinoethiadau pellach.
- Pwysigrwydd adrodd ar symptomau asthmatig a manylion yr union weithdrefn adrodd.

Cyfrifoldebau gweithwyr

- Cydymffurfio gyda’r wybodaeth, cyfarwyddyd a hyfforddiant a ddarperir.
- Gwisgo’r holl gyfarpar diogelu personol yn ôl y cyfarwyddyd.

- Adrodd wrth y Dirprwy Gyfarwyddwr / Uwch Gyfarwyddwr os credant fod ganddynt unrhyw symptomau yn ymwneud ag asthma.

Mae sensiteiddwyr yn anrhagweladwy, amcangyfrifir mai dim ond 5-25% o unigolion a fydd yn dod yn sensiteiddiedig mewn gwirionedd. Gallai sensiteiddio ddigwydd ar ôl bod yn agored o fisoedd i flynyddoedd. Bydd y trefniadau hyn yn cael eu gweithredu a'u bwriad yw gostwng y risg mor isel â phosibl.

Hylendid personol – ardaloedd bwyd

Disgrifiad

Mae hylendid personol yn rhan bwysig o hylendid bwyd ac mae'n berthnasol i bawb sy'n gweithio o fewn ardaloedd trin bwyd. Mae hylendid personol yn cynnwys glanweithdra personol a defnyddio dillad diogelu addas. Os na chymhwysir rheolau personol, gallai bwyd fod yn agored i'r risg o halogiad.

Cyfrifoldebau'r cyflogwr

Mae'r holl bobl sy'n trin bwyd yn cael eu goruchwylio a'u cyfarwyddo a/neu eu hyfforddi mewn materion hylendid bwyd i lefel briodol. Y nod yw sicrhau bod gan bobl y sgiliau a'r wybodaeth ymarferol sy'n angenrheidiol i'w swyddi penodol. Er mwyn galluogi i Urdd Gobaith Cymru brofi diwydrwydd dyladwy byddwn yn: -

- Caniatáu staff sydd wedi'u hyfforddi'n ddigonol yn unig i baratoi bwyd.
- Sicrhau bod yr holl staff sy'n gweithio mewn ardaloedd paratoi bwyd yn gwisgo dillad addas a glân y dylid eu newid a'u golchi'n rheolaidd.
- Darparu sinciau neu gyfleusterau golchi eraill sy'n addas ac yn ddigonol ar gyfer golchi unrhyw fwyd angenrheidiol a chyfarpar a ddefnyddir yn y busnes.
- Darparu basn golchi dwylo ar wahân ynghyd â chyflenwadau digonol o ddŵr poeth ac oer, sebon, brwsh ewinedd a chyfleusterau sychu dwylo digonol, yn yr ardal paratoi bwyd neu gerllaw.
- Sicrhau bod cyfleusterau addas ar gael ar gyfer storio a gwaredu gwastraff.
- Gosod sgriniau i ffenestri, drysau ac agoriadau eraill a ddefnyddir at ddibenion awyru er mwyn atal pryfed rhag cael mynediad os ydynt yn edrych dros neu'n agos at ardaloedd storio gwastraff, neu le ceir risg benodol o fynediad gan blâu.
- Gosod goleuadau ac awyriad addas a digonol.

Adrodd ar Salwch/Gwahardd

Anogir staff i adrodd os ydynt hwy neu unrhyw un yn eu cartref yn dioddef o ddolur rhydd, anhwylder stumog neu chwydu. Bydd pobl sy'n trin bwyd sy'n dioddef o unrhyw un o'r anhwylderau a restrir uchod yn cael eu gwahardd o ddyletswyddau trin bwyd hyd nes y byddant wedi gwella'n llawn.

Cyfrifoldebau gweithwyr (pobl sy'n trin bwyd)

Rhaid i'r holl weithwyr gydymffurfio gyda'r isod:-

- Dylid golchi dwylo yn drylwyr, cyn dechrau gweithio, cyn trin bwyd, ar ôl defnyddio'r toiled, ar ôl trin bwyd amrwd neu wastraff, ar ôl pob egwyl, ar ôl bwyta neu yfed, ar ôl glanhau, ac ar ôl chwythu eich trwyn.
- Dylid clymu gwallt yn ôl neu yn well byth ei orchuddio.
- Ni ddylai pobl sy'n trin bwyd boeri, disian neu beswch dros fwyd.
- Ni ddylai pobl sy'n trin bwyd ysmygu yn yr ardal paratoi bwyd.
- Dylid gorchuddio briwiau a doluriau gyda gorchudd gwrth-ddŵr (ffafrir un gweledol iawn).
- Dylid cadw gemwaith i'r isafswm wrth baratoi a thrin bwyd – derbynnir modrwy briodas blaen a chlustlysau sliper.

Cyfarpar diogelu personol

Disgrifiad

Bydd cyfarpar diogelu personol yn cael eu cyflenwi a'u defnyddio yn y gwaith lle bynnag y ceir risgiau i iechyd a diogelwch na ellir eu rheoli yn ddigonol trwy ffyrdd eraill. Dim ond fel y dewis olaf y defnyddir cyfarpar diogelu personol pan na ellir cymhwyso mesurau ataliol neu fesurau eraill.

Peryglon cysylltiedig

- Anafiadau corfforol: - ergydion, briwiau, trawiad, gwasgu, trywanu, briwiau, crafiadau, sgaldiadau, cwympiadau o uchder.
- Peryglon iechyd:- llwch, mygdarthau, anweddau, nwyon, bacteria, firysau, ffyngau.
- Sŵn.
- Dirgryniad.
- Llithro/cwympo.
- Peryglon trydanol.
- Ymbelydredd nad yw'n ïoneiddio.

Cyfrifoldebau'r cyflogwr

Bydd Urdd Gobaith Cymru yn darparu cyfarpar diogelu pan na fydd y risg a gyflwynir gan weithgaredd gwaith yn gallu cael ei reoli'n ddigonol trwy ddulliau eraill. Bydd pob cam rhesymol yn cael ei gymryd i sicrhau iechyd a diogelwch gweithwyr sy'n defnyddio Cyfarpar Diogelu Personol.

Bwriad y cwmni yw sicrhau, trwy ddefnydd cywir ar Gyfarpar Diogelu Personol, bod unrhyw risgiau yn cael eu gostwng i isafswm.

Er y derbynnir yn gyffredinol y gellir ymgymryd â defnyddio Cyfarpar Diogelu Personol heb unrhyw risgiau gormodol i iechyd, derbynnir y gallai fod gan rai gweithwyr amheuon a phryderon dilys. Bydd Urdd Gobaith Cymru yn ceisio rhoi gwybodaeth a hyfforddiant er mwyn galluogi dealltwriaeth lawnach ar y materion hyn.

Mae gweithredu'r polisi hwn yn gofyn am gydweithrediad llawn yr holl reolwyr a'r staff. Bydd ymgynghoriad llawn gyda chynrychiolwyr y gweithwyr trwy sianeli cyfathrebu cyfredol.

Yn ychwanegol, bydd Urdd Gobaith Cymru yn: -

- Ymgymryd ag asesiad o Gyfarpar Diogelu Personol er mwyn pennu a yw'n addas.
- Hyfforddi gweithwyr wrth ddefnyddio Cyfarpar Diogelu Personol yn ddiogel a'u hysbysu o unrhyw risgiau gweddilliol.
- Cymryd unrhyw fesurau angenrheidiol i wella'r risgiau a ganfuwyd o ganlyniad i'r asesiad.
- Sicrhau os oes dau neu'n fwy o eitemau Cyfarpar Diogelu Personol yn cael eu defnyddio ar yr un pryd, bod y rhain yn gytûn a'u bod yr un mor effeithiol o'u defnyddio gyda'i gilydd ag ydynt wrth eu defnyddio ar wahân.
- Trefnu llety digonol ar gyfer storio Cyfarpar Diogelu Personol yn gywir.
- Gweithredu camau ar gyfer cynnal a chadw, glanhau ac atgyweirio'r Cyfarpar Diogelu Personol.
- Cynnal a newid Cyfarpar Diogelu Personol sydd wedi'u darparu i fodloni rhwymedigaeth statudol, fel y bo'n briodol, am ddim i weithiwr.

Cyfrifoldebau gweithwyr

Rhaid i weithwyr:-

- Gwneud defnydd llawn a chywir ar yr holl Gyfarpar Diogelu Personol sydd wedi'u dosbarthu iddynt.
- Archwilio'r holl Gyfarparu Diogelu Personol i sicrhau eu bod yn addas, yn lân a heb eu difrodi.
- Adrodd ar unrhyw Gyfarpar Diogelu Personol wrth y cyflogwr.
- Adrodd ar unrhyw anghysur neu salwch a brofir o ganlyniad i wisgo'r offer.
- Peidio ag ymgymryd ag unrhyw waith oni bai bod y cyfarpar cywir yn cael ei wisgo.
- Storio Cyfarpar Diogelu Personol yn ddiogel bob amser.

Offer a chyfarpar trydan symudol

Disgrifiad

Mae llawer o offer a chyfarpar trydan symudol yn cael ei ddefnyddio o fewn yr Urdd e.e. Offer Sain, Laptops, Data Projectors. Mae llawer o offer cludadwy ar gael fel fersiynau â phŵer batri, a fydd yn gostwng y risgiau a gyflwynir i'r defnyddiwr. Os yw offer yn cael eu cyflenwi trwy brif gyflenwad trydan fe allai gyflwyno perygl trydanol sylweddol y bydd yn rhaid ei reoli'n benodol.

Peryglon cysylltiedig

- Sioc neu losgiadau.
- Dechrau offer heb reolaeth.
- Tân neu ffrwydrad.
- Baglu neu gwympo

Cyfrifoldebau'r cyflogwr

- Ymgymryd ag asesiad risg ar gyfer defnyddio offeryn trydanol symudol cymwys ar gyfer y dasg sy'n ofynnol a gweithredu systemau gwaith diogel addas i reoli'r risgiau.
- Sicrhau bod unigolion hyfforddedig a chymwys yn ymgymryd â'r gwaith.
- Defnyddio offer trydanol diwifr neu foltedd gostyngol o 110 V, lle fo'n bosibl.
- Ar gyfer cyfarpar sy'n gysylltiedig â ffynonellau pŵer defnyddiwch naill ai "ynysedig dwbl" neu geblau daear a sicrhau bod ceblau wedi'u diogelu yn erbyn difrod.
- Sicrhau bod cyfarpar yn cael eu cynnal yn rheolaidd trwy ddilyn cyfarwyddiadau'r gwneuthurwr a thynnu unrhyw gyfarpar diffygiol allan o ddefnydd.
- Sicrhau bod defnyddwyr yn gwirio cyfarpar yn weledol cyn ac yn ystod defnydd.
- Ymgymryd yn rheolaidd, gan unigolion penodedig hyfforddedig, ag archwiliadau gweledol ffurfiol o'r cyfarpar gan gynnwys archwiliad o'r plyg a'i gydosodiad.
- Ymgymryd ag archwiliad a phrofi cyfun gan unigolion sy'n gymwys yn drydanol ar amleddau sy'n ofynnol gan yr asesiad risg. Bydd cofrestr o archwiliadau o'r fath yn cael eu cadw.
- Lle fo angen prif gyflenwad trydan, darparu rhagofalon ychwanegol megis dyfeisiau cerrynt gweddillol digon cadarn.
- Sicrhau bod y cyflenwad pŵer o fewn ystod gweithredu'r offeryn.
- Sicrhau bod gardiau yn cael eu defnyddio a'u cadw mewn cyflwr da.
- Darparu dillad diogelu perthnasol, megis goglau, masgiau llwch, ayyb.

Cyfrifoldebau gweithwyr

- Ni ddylech ddefnyddio offer sydd wedi’u gweithredu’n drydanol oni bai eich bod yn gymwys ac wedi’ch hyfforddi i ddefnyddio offer o’r fath.
- Dim ond defnyddio offer sy’n addas ac wedi’u cynllunio ar gyfer y dasg a fydd yn cael ei gwneud.
- Gwirio’r cyfarpar yn weledol cyn ac yn ystod eu defnyddio gan edrych am arwyddion diffygion, gorgynhesu neu ddifrod i'r offer gan gynnwys i'r gwifrau, y plygiau, y casin ac unrhyw gurad.
- Rhoi’r gorau i weithio ar unwaith os deuir ar draws diffygion ac adrodd ar unrhyw ddiffygion wrth eich goruchwylydd.
- Gofalu am y cyfarpar sy’n cael ei ddarparu.
- Datgysylltu'r cyfarpar o’r cyflenwad cyn gwneud unrhyw addasiadau.
- Sicrhau bod y cyfarpar yn cael ei blygio i’r cyflenwad cywir trwy ddull cymeradwy, peidiwch â cheisio defnyddio cysylltiad dros dro.

Asesiad risg

Disgrifiad

Mae risgiau mewn nifer o weithleoedd, a allai effeithio ar iechyd a diogelwch gweithwyr. Mae asesiad risg wedi’i gynnal yn gywir yn gam pwysig wrth ddiogelu gweithwyr a busnesau, ynghyd â chydymffurfio gyda'r gyfraith. Mewn sawl achos, gall mesurau syml reoli risgiau, ac er nad yw'r gyfraith yn disgwyl i'r cyflogwyr gael gwared ar yr holl risgiau, mae gofyn iddynt ddiogelu pobl hyd y gellir yn rhesymol.

Peryglon cysylltiedig

- Asiantau corfforol, cemegol a/neu fiolegol.
- Amodau a phrosesau gweithio.
- Gweithgareddau codi a chario.
- Agored i glefydon heintus.
- Straen cysylltiedig â gwaith.
- Oriau gweithio hir.
- Gweithfannau ac osgo.
- Peryglon eraill yn y gweithle.

Cyfrifoldebau’r cyflogwr

Bydd Urdd Gobaith Cymru yn sicrhau: -

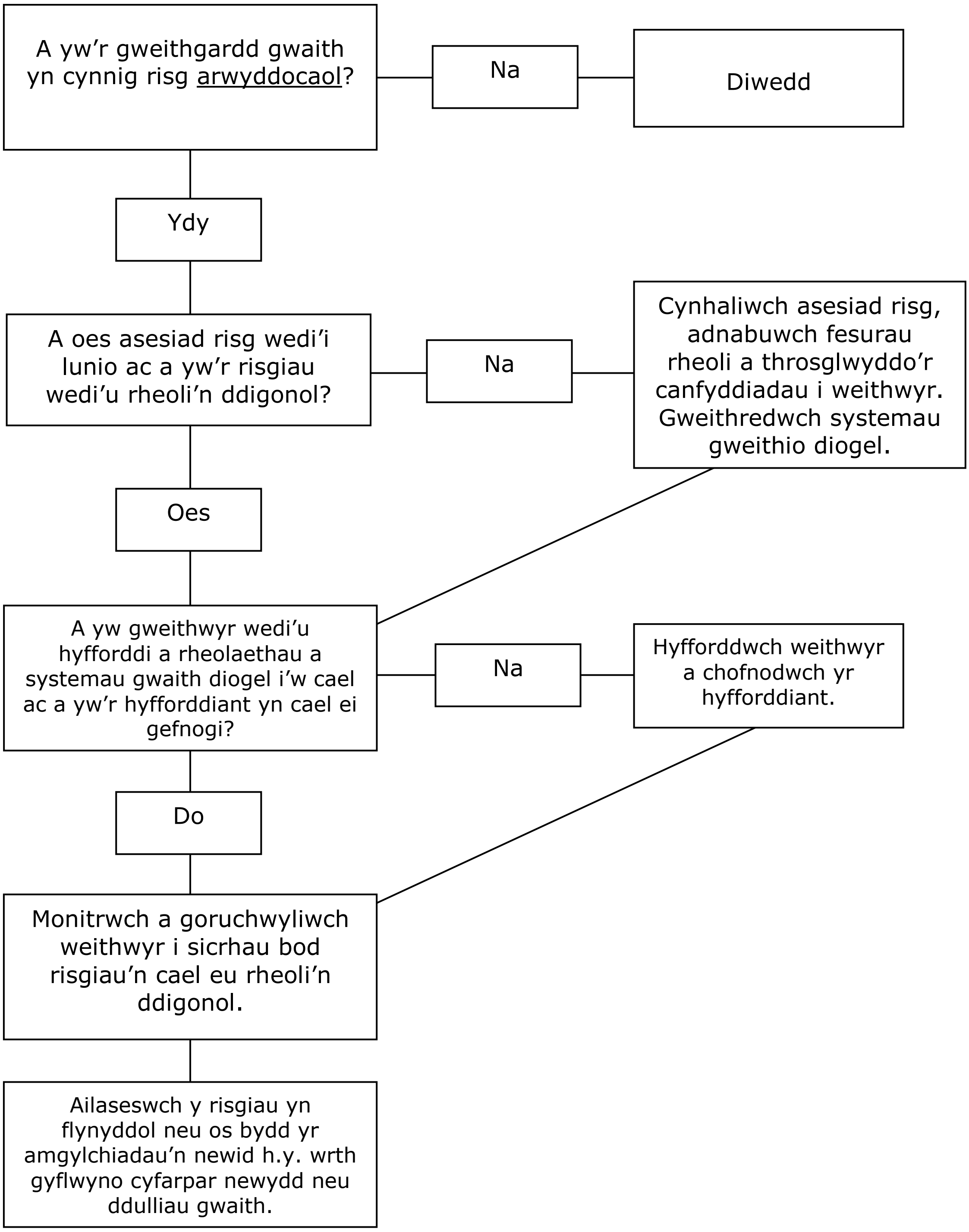
- Bod gweithiwr sy’n ymgymryd ag asesiadau risg yn gymwys i'w gwneud, ar ôl ymgymryd â hyfforddiant addas yn y broses asesu risg.
- Adnabod yr holl beryglon sydd â’r potensial i achosi niwed i weithwyr ac eraill a allai gael eu heffeithio gan ein gweithrediadau.
- Gwerthuso tebygolrwydd a difrifoldeb yr anaf neu’r difrod posibl.
- Adnabod yr opsiynau ar gyfer dileu, gostwng neu reoli’r risgiau a adnabuwyd a chymryd y camau angenrheidiol.
- Darparu gweithwyr gydag unrhyw hyfforddiant ychwanegol a adnabuwyd o fewn y broses asesiad risg sy’n fesur rheoli angenrheidiol.
- Adolygu’r asesiadau risg yn flynyddol, os nad ydynt bellach yn ddilys, neu os oes newid arwyddocaol wedi bod yn y gweithgareddau neu’r prosesau gwaith.
- Cadw cofnodion o ganfyddiadau arwyddocaol yr asesiadau risg ac adnabod gweithwyr a allai fod wrth risg yn benodol.
- Darparu goruchwyliaeth iechyd priodol os ceir clefyd canfyddadwy neu gyflwr iechyd gwrthwynebus posibl yn gysylltiedig â’r gweithgaredd gwaith.
- Darparu gweithwyr a gweithwyr cyflogwyr eraill sy’n gweithio ar yr eiddo gyda gwybodaeth gynhwysfawr a pherthnasol ar risgiau, mesurau ataliol ac amddiffynnol, gweithdrefnau brys ac unigolion cymwys.

Cyfrifoldebau gweithwyr

Rhaid i weithwyr:-

- Gydweithredu gyda threfniadau rheoli yng nghyswllt asesiadau risg yn y gweithle.
- Cadw at unrhyw hyfforddiant, arweiniad neu gyfarwyddyd a roddir gan y cyflogwr.
- Cydymffurfio gydag unrhyw fesurau rheoli a osodir o fewn asesiadau risg.
- Adrodd ar unrhyw beryglon neu ddiffygion wrth y cyflogwr ar unwaith.
- Gwneud defnydd llawn a chywir ar Gyfarpar Diogelu Personol a ddarperir.

Siart Llif Asesiad Risg



Proses asesu risg

Cam 1 – Adnabod y peryglon.	Cerddwch o amgylch eich gweithle a cheisiwch "adnabod peryglon". A oes unrhyw beth y gellir disgwyl yn rhesymol iddo achosi niwed? Ymgynghorwch â'ch gweithwyr. Beth yw eu barn hwy? A ydynt wedi sylwi ar bethau nad ydynt yn amlwg iawn i chi? Edrychwch ar ddalennau data diogelwch a chyfarwyddiau'r gwneuthurwr er mwyn adnabod ardaloedd problemus. Archwiliwch gofnodion damweiniau a salwch er mwyn adnabod unrhyw broblemau cyfredol. Trafodwch gyda mudiadau llafur lle fo'n briodol, efallai y bydd ganddynt arweiniad pellach.
Cam 2 – Penderfynu pwy allai gael eu niweidio a sut.	Gweithwyr eu hunain. Peidiwch ag anghofio cynnwys pobl ifanc neu famau newydd neu feichiog. Contractwyr, ymwelwyr, glanhawyr ayyb sy'n gweithio ar yr eiddo ambell waith. Aelodau'r cyhoedd. Sut y gellir eu niweidio? Ystyriwch y potensial ar gyfer llithriadau, bagladau a chwympiadau er enghraifft.
Cam 3 – Gwerthuso'r risgiau a phenderfynu ar y rhagolygon priodol.	Blaenoriaethwch y peryglon ac ystyriwch eich rhagofalon cyfredol. A allwch chi gael gwared ar y perygl yn gyfan gwbl? Rhowch gynnig ar ddewis llai peryglus e.e. newid o gemegyn peryglus i un llai peryglus. Dylech atal mynediad at y perygl e.e. trwy gael gwared ar geblau rhydd. Trefnwch y gwaith fel bod dinoethiad i'r perygl yn cael ei ostwng e.e. a allwch chi gyflwyno llwybrau cerddwyr yn y fan lle fo'r traffig? Dosbarthwch ddillad diogelu personol. Darparwch gyfleusterau lles e.e. cyfleusterau golchi ar gyfer cael gwared ar halogyddion.
Cam 4 – Os oes gennych fwy na phump o weithwyr cofnodwch eich canfyddiadau a'u gweithredu.	Ysgrifennwch eich canlyniadau a'u trosglwyddo i'r staff e.e. ceblau rhydd. Bydd ceblau yn cael eu hail-lwybro, staff yn cael eu cyfarwyddo ar y gwiriadau wythnosol i'w cynnal. Datblygwch gynllun gweithredu sy'n amlinellu gwelliannau rhad neu hawdd, datrysiadau hirdymor, pa un a yw gweithwyr angen hyfforddiant, gwiriadau rheolaidd sydd angen eu cynnal, pwy fydd yn gyfrifol am beth.
Cam 5 – Adolygu eich asesiad risg a diweddaru os yw'n angenrheidiol.	A oes unrhyw beth wedi newid? Ystyriwch unrhyw beiriannau neu gyfarpar newydd; arferion neu brosesau gwaith newydd; sylweddau newydd; personél newydd; symud/newid eiddo; damweiniau neu ddamweiniau fu bron a digwydd. Nodwch y dyddiad pan ddiwygiwyd yr asesiad risg ond dim ond os bydd canfyddiadau arwyddocaol y bydd eisiau i chi newid y cofnodion.

Arwyddion diogelwch

Disgrifiad

Mae arwyddion diogelwch yn cynnwys defnyddio arwyddion goleuedig, arwyddion llaw ac acwstig (e.e. larymau tân), cyfathrebu ar lafar a marcio pibwaith sy'n cynnwys sylweddau peryglus. Mae'n bosibl y bydd yn rhaid ategu at arwyddion gwahardd a rhybuddio er mwyn cydymffurfio â deddfwriaeth fwy penodol e.e. arwyddion ymoleuol ffotograff ar gyfer allanfeydd tân ac offer ymladd tân.

Bydd Urdd Gobaith Cymru yn darparu arwyddion diogelwch penodol lle bynnag y ceir risg na ellir ei osgoi neu ei reoli trwy ddulliau eraill, er enghraifft trwy reoliadau peiriannu a systemau gweithio diogel. Os na fyddai arwydd diogelwch yn helpu i ostwng y risg hwnnw, neu ble nad yw'r risg yn sylweddol, nid oes angen darparu arwydd.

Mae'r holl arwyddion diogelwch â chod lliw ac mae gan bob lliw ystyr, er enghraifft:-

- Mae cylch gwyn gydag ymyl coch a llinell letraws yn nodi **GWAHARDDEDIG** er enghraifft, dim ysmygu.
- Mae arwyddion glas yn nodi bod **GORFOD** ymgymryd â gweithred megis gwisgo cyfarpar diogelu personol.
- Mae arwydd triongl gydag ymyl du a chefndir melyn yn nodi **RHYBUDD** o berygl a byddai fel arfer yn cynnwys llun du.
- Mae arwyddion gwyrdd yn adnabod neu'n lleoli cyfarpar diogelwch ynghyd â nodi llwybrau dianc brys.

Cyfrifoldebau'r cyflogwr

Bydd y cwmni yn cydnabod bod yn rhaid i arwyddion gydymffurfio gyda'r rheoliadau, serch hynny lle fo'n angenrheidiol efallai y byddwn yn cynllunio arwyddion penodol i gynnal amgylchedd diogel.

Ein polisi yw sicrhau bod unrhyw arwyddion yn cael eu darparu am resymau diogelwch: -

- Yn cael eu cynnal mewn cyflwr da.
- Wedi'u lleoli yn y lleoliad cywir.
- Yn cael eu hesbonio wrth holl aelodau staff i sicrhau eu bod yn ymwybodol o ystyr yr arwyddion a'r camau cywir i'w cymryd.

Cyfrifoldebau gweithwyr

- Ymgyfarwyddo eich hunain a chydymffurfio gydag unrhyw arwyddion a rhybuddion sy'n cael eu harddangos.
- Tynnu unrhyw ddiffygion at sylw'r cyflogwr.
- Cadw at weithdrefnau gweithredu diogel.
- Gwisgo cyfarpar diogelu personol yn ôl y galw.

Pentyrru a storio

Disgrifiad

Mae nifer o ddamweiniau wedi bod sy'n gysylltiedig â phentyrru a storio nwyddau gan gynnwys cwympiadau yn cynnwys pobl, nwyddau neu ddeunyddiau neu hyd yn oed strwythur silffoedd neu rac yn cwympo'n gyfan gwbl. Defnyddir y term rac i ddisgrifio fframwaith sgerbwd o gynllun sefydlog neu addasadwy i gefnogi llwythi heb ddefnyddio silffoedd. Ymhlith mathau cyffredin o raciau y mae rac paledi addasadwy, raciau symudol, raciau cantilifer a raciau storio byw.

Peryglon cysylltiedig

- Nwyddau'n disgyn.
- Mae silffoedd wedi'u gorlwytho yn arwain at gwympiadau.
- Dulliau annigonol o adalw stoc (e.e. ysgolion/ysgolion bach).
- Difrod trawiad a achosir gan gerbydau.

Cyfrifoldebau'r cyflogwr

Er mwyn helpu i reoli gosod a defnyddio systemau pentyrru a storio yn ddiogel, bydd Urdd Gobaith Cymru yn sicrhau bod: -

- Asesiadau risg yn cael eu cynnal yng nghyswllt defnyddio systemau storio i sicrhau eu bod wedi'u cynllunio, eu gosod, eu cynnal a'u trefnu'n gywir mewn eiliau er mwyn caniatáu ar gyfer mynediad diogel at nwyddau a deunyddiau.
- Canfyddiadau'r asesiadau risg yn cael eu cyfathrebu wrth weithwyr ac eraill a allai gael eu heffeithio gan weithgareddau gwaith.
- Systemau pentyrru/storio yn cael eu diogelu yn erbyn difrod mecanyddol.
- Os yw cynllun y system yn gofyn iddo fod yn ddiogel, dim ond dulliau, sydd wedi'u "profi" gan gyfrifiadau strwythurol, fydd yn cael eu defnyddio.
- Lle fo'n angenrheidiol (h.y. os yw cyfarpar trin mecanyddol yn cael eu defnyddio), bydd raciau yn cael eu gosod yn ddiogel wrth y llawr.
- Gweithwyr yn cael eu hyfforddi mewn dulliau storio ac adfer diogel.
- Os yw paledi a chynhwysyddion yn cael eu defnyddio byddant yn cael eu harchwilio'n rheolaidd am ddifrod.
- Bydd archwiliadau rheolaidd ar systemau racio/storio yn cael eu cynnal a'u cofnodi.
- Gweithdrefnau adrodd ar beryglon yn cael eu dilyn.
- Bydd systemau racio/storio yn cael eu sicrhau gyda hysbysiad yn nodi'r llwyth gwaith uchaf, ynghyd ag unrhyw ffurfweddau llwyth penodol.

Cyfrifoldebau gweithwyr

Mae dyletswydd ar weithwyr i:-

- Beidio â cheisio cael mynediad at nwyddau neu ddeunyddiau o'r systemau raciau/storio mewn modd anniogel, eu gosod neu eu hadfer.
- Cydweithredu gyda'r cyflogwr yn y trefniadau rheoli ar gyfer defnyddio systemau raciau/storio yn ddiogel.
- Cadw at unrhyw hyfforddiant, cyfarwyddyd a gwybodaeth a roddir gan gyflogwr.
- Adrodd ar unrhyw ddiffygion wrth y cyflogwr.
- Gwneud defnydd llawn a chywir ar gyfarpar diogelu personol a ddosberthir gan y cyflogwr.

Ymweliad gan Swyddog Gorfodi

Mae'r Ddeddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith ayyb 1974 a'r ddeddfwriaeth gysylltiedig yn rhoi pwerau i arolygwyr sydd wedi'u penodi gan yr awdurdod gorfodi perthnasol, er mwyn iddynt sicrhau y cydymffurfir â gofynion statudol.

Mae'r holl gysylltiadau gyda'r rheini y mae'r gyfraith yn gosod dyletswyddau arnynt (cyflogwyr, yr hunangyflogedig, gweithwyr ac eraill) yn anffurfiol – mae arolygwyr yn cynnig gwybodaeth, cyngor a chefnogaeth, wyneb yn wyneb ac yn ysgrifenedig. Gallant hefyd ddefnyddio dulliau gorfodi ffurfiol, fel yr amlinellir yn y ddeddf iechyd a diogelwch, gan gynnwys hysbysiadau gwella lle fo angen cywiro sefyllfa sy'n groes i'r rheolau a hysbysiad gwaharddiad lle ceir risg o anaf personol difrifol, neu erlyniad yn y pendraw.

Gall diffyg cydymffurfio arwain at erlyniad ond ystyrir mai'r cam olaf yw hyn yn y broses, ac eithrio:-

- Methiant i gydymffurfio gyda'r Hysbysiad Gwella neu Hysbysiad Gwaharddiad.
- Torri'r gyfraith sydd â phosibilrwydd sylweddol dros niwed, pa un a achosodd anaf ai peidio.
- Esgeulustra di-hid dros iechyd a diogelwch gweithwyr neu eraill.
- Torri gofynion cyfreithiol dro ar ôl tro lle'r ymddengys nad yw rheolwyr yn barod nac wedi'u strwythuro i ddelio â hwy.
- Toriad cyfreithiol sylweddol, lle fo damwain neu achos o salwch difrifol wedi bod.

Cyfrifoldebau'r cyflogwr

Mae Urdd Gobaith Cymru yn adnabod pwysigrwydd cydweithredu gyda swyddogion gorfodi. Am y rheswm hwn, mae'n orfodol bod yr holl ddogfennau perthnasol sy'n gysylltiedig â'n busnes a gweithgaredd gwaith yn cael eu cynnal a'u cadw'n gyfredol. Mae dogfennau o'r fath yn cynnwys: -

- Y polisi iechyd a diogelwch hwn.
- Yr holl asesiadau risg perthnasol.
- Cofnodion sefydlu a hyfforddi.
- Cofnodion cynnal a chadw, profi ac archwilio.
- Cofnodion iechyd.
- Cynlluniau brys ayyb.

Ymhlith cyfrifoldebau'r gweithwyr y mae

- Peidio â rhwystro unrhyw gais rhesymol a wnaed gan y Swyddog Gorfodi.
- Cydymffurfio a chydweithredu gyda'r ceisiadau gan y swyddog.
- Dilyn cyfarwyddiadau ac arweiniad a roddir gan eich cyflogwr.

Gwaredu gwastraff

Disgrifiad

Mae’r trefniant hwn yn ymdrin â gwastraff cyffredinol a gynhyrchir gan y cwmni wrth ymgymryd â gweithgareddau yn y gweithle ond nid y rheini sy’n gysylltiedig â gwaredu gwastraff bwyd ar eiddo manwerthu.

Peryglon cysylltiedig

- Casgliad o ddeunydd a allai losgi yn achosi perygl tân.
- Perygl iechyd oherwydd pla posibl o fermin.
- Cymhennu gwael yn cyflwyno perygl baglu.

Cyfrifoldebau’r cyflogwr

Bydd Urdd Gobaith Cymru yn: -

- Adnabod yr holl wastraff sydd â’r potensial i gael ei symud o’r eiddo.
- Sefydlu cytundebau gyda chwmnïau gwaredu gwastraff priodol i sicrhau bod y gwastraff yn cael ei symud o’r eiddo’n ddiogel.
- Cadarnhau gyda chwmnïau gwaredu gwastraff eraill yr eitemau penodol y gellir eu lleoli yn y cynwysyddion a ddarperir neu na ddylid eu lleoli ynddynt.
- Darparu cynwysyddion casglu gwastraff addas sy'n dibynnu ar y gwastraff i'w waredu a lle fo'n berthnasol rhoi labeli neu arwyddion ar y cynwysyddion er mwyn adnabod y gwastraff i’w waredu’n rhwydd.
- Sicrhau bod unrhyw wastraff cemegol neu sylweddau anhysbys yn cael eu storio yn eu cynhwysyddion gwreiddiol hyd nes y gall cwmni gwaredu gwastraff awdurdodedig eu symud o eiddo'r cwmni.
- Cynnal unrhyw gopïau o nodiadau trosglwyddo gwastraff ar y safle am ddwy flynedd o leiaf er gwybodaeth i'r dyfodol.
- Cyfarwyddo’r holl weithwyr wrth waredu gwastraff yn gywir a chynnal cofnodion cyfarwyddyd a hyfforddiant ar y ffeil.

Cyfrifoldebau gweithwyr

- Gwaredu gwastraff yn ôl cyfarwyddiadau.
- Hysbysu rheolwyr os yw gweithgaredd yn cynhyrchu gwastraff nad yw wedi’i adnabod o’r blaen neu ei symud o’r safle er mwyn cymryd camau perthnasol ar gyfer gwaredu diogel.
- Peidio â dringo i mewn i sgip neu gynhwysyddion gwastraff eraill.
- Hysbysu rheolwyr os yw cynhwysyddion gwastraff yn llawn ac angen eu gwacau.
- Peidio â symud eitemau o gynhwysyddion gwastraff at ddefnydd personol.

Tymheredd dŵr ac arwynebau poeth

Disgrifiad

Mae tymereddau dŵr uchel yn achosi risg sgaldio i bobl agored i niwed. Y rheini sydd wrth risg o sgaldio/llosgi yw plant, yr henoed, y rheini â salwch meddwl, anabledd dysgu, symudedd gostyngol ac unrhyw un gyda sensitifrwydd gostyngol i dymheredd, neu'r rheini na allant ymateb yn gywir neu'n ddigon cyflym i atal anaf. Fe allant fod mewn ysbytai, cartrefi gofal, eiddo gwasanaethau cymdeithasol ac ysgolion arbennig (h.y. sefydliadau iechyd a gofal cymdeithasol). Dylid hefyd asesu'r risg o sgaldio/llosgi mewn cyfleusterau cymunedol megis hosteli, tai â staff a thai gwarchod ar gyfer yr henoed, y rhai sy'n sâl yn feddyliol, a'r rheini ag anawsterau dysgu.

Un o'r prif resymau dros gynnal tymereddau dŵr uchel (h.y. uwchlaw 50ºC) yw rheoli bacteriwm clefyd y lleng filwyr, a all fod yn niweidiol.

Ymhlith y peryglon cysylltiedig

- Llosgiadau.
- Sgaldiadau.

Cyfrifoldebau'r cyflogwr

Oherwydd natur ein busnes, bydd Urdd Gobaith Cymru yn ymgymryd ag asesiad risg er mwyn adnabod a rheoli dinoethiad i beryglon a gyflwynir gan dymereddau dŵr poeth ac sy'n agored i arwynebau poeth. Rhoddir ystyriaeth i: -

- Allu defnyddwyr gwasanaeth i ymolchi neu olchi eu hunain heb gymorth.
- Sensitifrwydd unigol i dymereddau amrywiol.
- Unrhyw gyflwr meddyliol a fyddai'n amharu ar y gallu i adnabod pa bryd mae'r dŵr yn rhy boeth. (mae hyn yn fater penodol ar gyfer defnyddwyr gwasanaeth dryslyd a'r rheini gyda dementia)
- Darparu larwm brys a'r gallu i'w ddefnyddio.
- Pibwaith neu reiddiaduron agored.
- Lleoliad offer cynhesu.

Efallai y bydd canlyniadau'r asesiad risg yn cael eu cofnodi ar gynlluniau gofal y defnyddiwr gwasanaeth unigol, a dylid cynnwys asesiad o alluoedd ac anghenion a pha un a yw defnyddiwr gwasanaeth yn gallu golchi ei hunan heb oruchwyliaeth.

Lle fo'r asesiad risg yn ei warantu, dylid darparu rheolaethau peirianneg sy'n sicrhau: -

- Bod dŵr yn cael ei gludo i allfa fath/cawod ar dymheredd nad yw'n fwy na 44^{0} C; neu
- bod dŵr yn cael ei atal rhag cael ei ollwng ar >44^{o} C o dapiau, a allai fod yn hygyrch i ddefnyddwyr gwasanaeth agored i niwed, yn enwedig mewn ardaloedd lle fo'r potensial i orchuddio'r corff cyfan.
- Bydd hyfforddiant a goruchwyliaeth briodol yn cael eu darparu i sicrhau bod staff sy'n gysylltiedig ag ymolchi defnyddwyr gwasanaeth yn deall y risgiau a'r rhagofalon. Bydd hyn yn cynnwys, yn benodol, llanw'r bath cyn i'r defnyddiwr gwasanaeth fynd i mewn iddo a monitro'r tymheredd allfa dŵr bath/cawod gan ddefnyddio thermomedr bath.

Tymereddau dŵr uchaf	
Cymhwysiad	Tymereddau dŵr uchaf ^{o}C
Cawod	41 ^{o}C
Basn ymolchi	41 ^{o}C *
Bath	44 ^{o}C
* Ar gyfer basnau golchi, cymerir yn ganiataol eu bod golchi o dan dŵr sy'n llifo.	
** Ni ddylid ystyried tymereddau llanw bath o fwy na 44^{o}C oni bai y ceir amgylchiadau eithriadol lle ceir anawsterau penodol wrth gyflawni tymheredd ymdrochi digonol. Os bydd tymheredd o fwy na 44^{o}C yn cael ei ddefnyddio yna dylid dyfeisio dulliau diogel o atal mynediad at y dŵr poeth er mwyn diogelu grwpiau agored i niwed.	

Arwynebau poeth

Mae tymereddau uchel o ddŵr cylchredol mewn systemau gwresogi a dŵr poeth wedi achosi anafiadau difrifol a marwolaethau trwy gyswllt â phibellau a rheiddiaduron poeth. Os ceir risg o berson agored i niwed yn llosgi o arwyneb poeth, yna ni fydd y wyneb yn fwy na 43^{0}C pan fydd y system yn rhedeg ar y tymheredd cynllun uchaf.

Yn ychwanegol at y rheolaethau uchod ar gyfer dŵr poeth, bydd Urdd Gobaith Cymru yn darparu: -

- Allyrwyr gwres tymheredd wyneb isel (e.e. rheiddiaduron wal oer).
- Gardiau i ardaloedd wedi'u gwresogi (e.e. gorchuddion rheiddiaduron).
- Rheolaethau i ostwng y tymheredd llif.

Cyfrifoldebau gweithwyr

Gyda chymorth hyfforddiant ac ymwybyddiaeth, rhaid i weithwyr:-

- Gydweithredu gyda threfniadau rheoli ar gyfer systemau gwaith diogel ar gyfer arwynebau poeth a thymereddau dŵr poeth yn yr eiddo.
- Adrodd ar unrhyw beryglon neu gyfarpar diffygiol wrth y cyflogwr.
- Cadw at unrhyw arweiniad, gwybodaeth, cyfarwyddyd neu hyfforddiant a roddir gan y cyflogwr.

Adnoddau Staff

Disgrifiad

Dylid cymryd darpariaeth lles yn y gweithle o ddifrif, ac mae'n berthnasol i'r holl feysydd gan gynnwys rhannau cymunedol adeiladau a rennir, ffyrdd preifat a llwybrau ar ystadau diwydiannol, parciau busnes a safleoedd gwaith dros dro.

Bydd darpariaethau lles hefyd yn cael eu darparu i'r bobl hynny nad ydynt yn weithwyr ond y gallant ddefnyddio'r eiddo yn rheolaidd e.e. ymwelwyr a chontractwyr.

Ar gyfer pobl anabl fe allai fod yn angenrheidiol gwneud rhannau o'r gweithle yn hygyrch ar eu cyfer yn benodol e.e. toiledau, basnau ymolchi, drysau, tramwyfeydd ayyb.

Cyfrifoldebau'r cyflogwr

Mae gennym gyfrifoldeb i asesu a darparu cyfleusterau lles digonol ar gyfer gweithwyr ac unigolion eraill sy'n defnyddio'r eiddo ac yn ystyried yr amgylchedd gwaith cyffredinol i gynnwys: -

- Awyriad.
- Tymheredd dan do ac effaith gweithio mewn amgylcheddau oer a phoeth.
- Golau.
- Darparu lle a gofod digonol er mwyn cwblhau'r gweithgareddau gwaith.
- Symud gwastraff yn ddiogel ac yn aml a glanhau'r gweithle.
- Darparu gorsafoedd gwaith addas a seddi ar gyfer y gweithgaredd yr ymgymerir ag ef.

Asesu gofynion diogelwch y gweithlu o ran: -

- Y lloriau a llwybrau traffig sy'n darparu lle addas ar gyfer cerbydau ac unigolion.
- Safle, cyfanrwydd a gweledедd ffenestri tryloyw, drysau, gatiau ayyb.
- Defnydd a chynnal a chadw diogel ar lifftiau a chyfarpar i symud unigolion.
- Cyfleustodau glanweithiol a chyfleusterau golchi.
- Darparu dŵr yfed.
- Llety ar gyfer dillad a chyfleusterau newid.
- Darparu cyfleusterau addas i orffwyso, yfed a bwyta prydau y tu hwnt i ffynonellau halogiad.

Cyfrifoldebau gweithwyr

Mae'r cyfleusterau lles sy'n cael eu darparu a'u cynnal gan Urdd Gobaith Cymru er budd yr holl weithwyr a'r ymwelwyr. Mae gan weithwyr gyfrifoldeb i ddefnyddio'r cyfleusterau mewn modd priodol a pheidio â difrodi neu gamddefnyddio unrhyw gyfarpar a ddarperir.

Dylid cymryd cyfrifoldeb personol dros glirio eich sbwriel eich hun a glanhau unrhyw declynnau wrth fwyta neu yfed ar yr eiddo. Dylid adrodd ar unrhyw ddifrod neu ddiffygion ar unwaith er mwyn galluogi sylw ac atgyweiriad.

Cyfarpar gwaith

Disgrifiad

Mae diffiniad cyfarpar gwaith yn eang ac mae'n cynnwys peiriannau, cyfarpar, gosodiadau ac offer. Gan hynny mae eitemau mor amrywiol â thractorau, peiriannau llungopïo, offer a chyfarpar labordy, heyrn sodr a chyllyll llawfeddyg wedi'u cynnwys. Mae sgaffaldiau, offer mynediad a dyfeisiau diogelwch ayyb hefyd yn cael eu hystyried yn gyfarpar gwaith.

Peryglon cysylltiedig

- Rhannau peiriannau peryglus/cylchdroi.
- Alldaflu deunyddiau.
- Rhwygo neu ymddatod.
- Tân, gorgynhesu neu ffrwydro.
- Rhyddhau nwy, hylif, anwedd neu sylweddau eraill yn anfwriadol.
- Arwynebau rhy boeth neu rhy oer.
- Methiant rheolyddion diogelwch ar gyfarpar pŵer.
- Peryglon o ansefydlogrwydd, goleuadau gwael neu gynnal a chadw gwael.

Cyfrifoldebau'r cyflogwr

Mae Urdd Gobaith Cymru yn derbyn y gall rhai eitemau o gyfarpar gwaith gynnig risg arwyddocaol os nad ydynt yn cael eu defnyddio yn unol â chyfarwyddiadau'r gwneuthurwr, yn cael eu cynnal yn gywir ac yn cael eu storio mewn modd cywir. Er mwyn rheoli dinoethiad i'r peryglon a gyflwynir gan gyfarpar gwaith byddwn yn: -

- Ymgymryd ag asesiadau risg llawn ar gyfer y cyfarpar sy'n cael eu defnyddio a dosbarthu copïau o'r asesiadau i'r holl weithredyddion ynghyd â'r bobl a allai gael eu heffeithio er gwaeth gan y cyfarpar.
- Sicrhau bod gweithwyr yn derbyn gwybodaeth ddigonol, hyfforddiant a goruchwyliaeth wrth ddefnyddio'r cyfarpar. Bydd yr holl hyfforddiant yn cael ei ddogfennu ar ffeil bersonél y gweithiwr.
- Sicrhau bod yr holl reolaethau diogelwch angenrheidiol wedi'u sefydlu megis gardiau a switshis ynysu ayyb.
- Sicrhau bod yr holl gyfarpar gwaith yn cael eu cynnal a'u harchwilio fel sy'n ofynnol gan gyfarwyddiadau'r gwneuthurwr. Bydd cofnodion yn cael eu cadw o'r holl archwiliadau.
- Sicrhau bod cyfarpar gwaith sy'n cael eu dethol yn addas, yn ôl cynllun, adeiladwaith neu addasiad, at eu diben arfaethedig yn eu lleoliad defnydd penodol a'u bod yn addas ar gyfer y broses a'r amodau defnydd.
- Sicrhau bod cyfarpar gwaith yn amodol ar gynnal a chadw cywir a bod y gwaith hwnnw yn cael ei gynnal gan unigolion cymwys ar gyfer y gwaith. Bydd cymhlethdod ac amlder y cynnal a chadw yn amrywio yn unol â math y cyfarpar a'u hamodau defnyddio. Gallai cynnal a chadw ataliol arfaethedig fod yn ofynnol. Lle bynnag fo'n bosibl, bydd cynnal a chadw yn unol â chyfarwyddiadau'r gwneuthurwr.

Os yw asesiad risg wedi adnabod risg arwyddocaol posibl o anaf o osod neu ddefnyddio cyfarpar gwaith, byddwn yn trefnu archwiliad addas (a allai gynnwys prawf) i'w gynnal gan unigolyn cymwys.

Cyfrifoldebau gweithwyr

Bydd gweithwyr yn:-

- Defnyddio cyfarpar gwaith yn ddiogel yn unol â'r wybodaeth, y cyfarwyddyd a'r hyfforddiant a ddarparwyd gan y cyflogwr.
- Defnyddio'r cyfarpar y maent wedi'u hyfforddi i'w ddefnyddio yn unig.
- Cymryd gofal rhesymol o'u hunain ac eraill a allai gael eu heffeithio gan eu gweithredoedd.
- Cydweithredu gyda'r cyflogwr wrth reoli trefniadau ar gyfer darparu a defnyddio cyfarpar gwaith.
- Ceisio caniatâd y cyflogwr cyn dod ag unrhyw eitemau personol o gyfarpar i'r gwaith lle y bwriedir eu defnyddio ganddynt hwy eu hunain neu eraill fel rhan o'u gweithgareddau gwaith.
- Gwneud defnydd llawn a chywir ar gyfarpar diogelu personol a ddarperir gan y cyflogwr.

Pobl Ifanc

Disgrifiad

Mae'r rhan fwyaf o bobl ifanc yn edrych ymlaen yn eiddgar at eu swydd gyntaf, boed hynny yn dosbarthu papurau newydd, gweithio mewn siop neu gerdded cŵn. Ond hwyrach na fydd rhai pobl ifanc yn ymwybodol o'r peryglon sydd yn y gweithle.

Ceir gofynion a chyfyngiadau cyfreithiol penodol ar y rheini sy'n cyflogi pobl ifanc (a hyd yn oed fwy ar gyfer plant).

Diffinnir pobl ifanc fel unrhyw un dan 18 mlwydd oed.

Mae plentyn yn unrhyw un nad yw wedi cyrraedd yr oed swyddogol y gall adael yr ysgol, ychydig cyn neu ychydig ar ôl eu pen-blwydd yn 16 oed (y cyfeirir ato yn aml fel oedran gadael ysgol orfodol).

O dan y ddeddf iechyd a diogelwch, rhaid i gyflogwyr asesu'r risgiau i bobl ifanc cyn iddynt ddechrau gwaith/profiad gwaith a dweud wrthynt beth yw'r risgiau.

Peryglon cysylltiedig

Gallai rhai pobl ifanc fod wrth risg penodol oherwydd:-

- Eu diffyg ymwybyddiaeth.
- Anghyfarwydd â'u hamgylchiadau.
- Bod yn llai addas yn gorfforol neu'n seicolegol i rai tasgau.
- Eu diffyg sgiliau a hyfforddiant.

Cyfrifoldebau'r cyflogwr

Bydd Urdd Gobaith Cymru yn ymgymryd ag asesiad risg yn benodol yn ymwneud â chyflogi pobl ifanc cyn eu cyflogi. Bydd yr asesiad risg yn rhoi ystyriaeth benodol i: -

- Anaeddfedrwydd a diffyg profiad y bobl ifanc ac unrhyw ddiffyg ymwybyddiaeth ôl-ddilynol o risgiau.
- Hyfforddiant iechyd a diogelwch i'w roi i'r person ifanc.
- Graddau'r dinoethiad i unrhyw asiantau cemegol, biolegol neu gorfforol.
- Natur a chynllun yr ardal waith.
- Mathau'r cyfarpar, dulliau defnyddio a gweithgareddau gwaith i'w cynnal.

Os bydd plentyn yn cael ei gyflogi, cyfathrebwch ganfyddiadau'r asesiad risg, ynghyd â mesurau amddiffynnol ac ataliol i'w cymryd, i'r unigolyn sydd â chyfrifoldeb rhieniol neu hawliau dros y plentyn (e.e. rhiant neu warcheidwad, ayyb)

Os oedd pobl ifanc wedi'u hystyried mewn asesiadau risg blaenorol yna ni fydd gofyniad i ailadrodd y broses, ac eithrio fel rhan o adolygiad arferol o'r asesiadau risg.

Yn ychwanegol, bydd Urdd Gobaith Cymru yn sicrhau nad yw pobl ifanc yn cael eu dinoethi i'r risgiau yn y gwaith sy'n deillio oherwydd eu diffyg aeddfedrwydd neu brofiad ac unrhyw ddiffyg ymwybyddiaeth ôl-ddilynol o sefyllfaoedd peryglus posibl. Ni fydd disgwyl i bobl ifanc wneud unrhyw rai o'r isod: -

- Gweithio y tu hwnt i'w galluoedd corfforol neu seicolegol.
- Perfformio gwaith sy'n cynnwys dinoethiad niweidiol i ymbelydredd.
- Perfformio gwaith sy'n cynnwys risgiau i iechyd o sŵn, dirgryniad neu wres neu oerfel eithafol.
- Perfformio gwaith sy'n cynnwys dinoethiad niweidiol i unrhyw asiantau a all effeithio ar iechyd yn gronig, gan gynnwys y rheini gydag ymdrechion gwenwynig neu garsinogenig neu'r rheini sy'n achosi difrod genetig neu niwed i blentyn heb ei eni.

Bydd Urdd Gobaith Cymru hefyd yn: -

- Sicrhau bod hyfforddiant a goruchwyliaeth ddigonol yn cael ei ddarparu i alluogi'r bobl ifanc i ymgymryd â'u swydd yn ddiogel.
- Darparu ac yn hyfforddi wrth eu defnyddio, pa bynnag gyfarpar diogelu personol sy'n ofynnol i ddiogelu'r gweithiwr e.e. amddiffyniad clustiau a llygaid, helmed ac esgidiau ayyb.
- Cyflwyno gwiriadau iechyd os oes perygl o salwch yn deillio o'r gwaith.

<u>Cyfrifoldebau gweithwyr</u>

Rhaid i weithwyr:-

- Gydweithredu gyda'r trefniadau rheoli ar gyfer pobl ifanc yn y gweithle.
- Adrodd ar unrhyw beryglon wrth y cyflogwr.
- Cadw at unrhyw arweiniad, gwybodaeth, cyfarwyddyd a hyfforddiant a roddir i'r cyflogwr.

Rhaid i bobl ifanc:-

- Gofyn i'r cyflogwyr neu uwch aelod o staff os yw'n ansicr ynghylch unrhyw beth.
- Gwneud defnydd llawn a chywir ar yr holl Gyfarpar Diogelu Personol sydd wedi'u dosbarthu iddynt.
- Peidio ag ymgymryd ag unrhyw dasgau oni bai eu bod wedi derbyn hyfforddiant.
- Adrodd ar unrhyw beryglon neu ddiffygion wrth y cyflogwr neu uwch aelod o staff.