COVID-19 – Cadw Cymru yn Ddiogel yn y Gwaith

CYFLWYNIAD

Er mwyn atal COVID-19 rhag lledaenu, cyflwynodd Llywodraeth Cymru y Rheoliadau Coronafeirws, gan osod cyfyngiadau llym. Rhaid i fusnesau sy'n cael caniatâd i weithredu, neu leoliadau sy'n cael caniatád i agor, wneud hynny'n ddiogel mewn ffordd sy'n cydymffurfio â'r Rheoliadau Coronafeirws, yn ogystal â rhwymedigaethau cyfreithiol eraill sydd ar gyflogwyr (megis deddfwriaeth iechyd a diogelwch).

Nid yw'r coronafeirws wedi diflannu – mae pob un ohonom yn rhannu dyletswydd barhaus i ddiogelu Cymru. Dyma grynodeb byr o'r pum prif gam y dylai bawb sy'n gyfrifol am waith yng Nghymru eu cymryd i'n helpu i Gadw Cymru yn Ddiogel – gyda'n gilydd.

- **Cynnal asesiad risg COVID-19:** Cynnal asesiad risg drwy gynnal trafodaethau ystyrlon gyda staff a/neu eu hundeb llafur cydnabyddedig a rhannu'r canlyniadau gyda'ch gweithlu. Dylid ystyried yn benodol a yw'r bobl sy'n gwneud y gwaith mewn perygl arbennig oherwydd COVID-19. Mae asesiadau risg yn ofyniad cyfreithiol ar gyfer merched beichiog beth bynnag yw maint y busnes.
- **Helpu staff i weithio o gartref pryd bynnag y bo modd:** Y ffordd fwyaf effeithiol o leihau'r cysylltiad â COVID-19 yw galluogi staff i weithio o gartref, rywfaint o'r amser neu drwy'r amser. Mae disgwyl i gyflogwyr fod mor hyblyg â phosibl a chyflwyno addasiadau pryd bynnag y bo modd. Gallai hynny gynnwys rhoi gliniaduron neu ffonau symudol i staff a'i gwneud yn haws iddynt gyfathrebu gyda phawb.
- **Gweithredu i sicrhau bod pobl yn cadw pellter corfforol o 2m rhyngddynt ar eich safle, pryd bynnag y bo modd:** Pan nad yw gweithio o gartref yn rhesymol ymarferol, mae'n rhaid i'r rheini sy'n gyfrifol am weithleoedd neu am adeiladau sy'n agored i'r cyhoedd, sicrhau bod popeth rhesymol yn cael ei wneud i gadw pellter o 2m rhwng pobl ar y safle pan fyddant yn gweithio. Mae hyn yn cynnwys lleoliadau awyr agored. Mae hyn yn ofyniad cyfreithiol yng Nghymru o dan y Rheoliadau Coronafeirws. Mae'n rhaid i'r rheini sy'n gyfrifol ddilyn y Canllawiau Statudol sydd wedi'u cyhoeddi i'ch helpu i ddeall yr hyn y mae 'cymryd pob cam rhesymol' yn ei olygu, a beth i'w wneud os nad oes modd cadw pellter o 2m o dan rai amgylchiadau.
- **Rhoi camau eraill ar waith i leihau'r risg o ddod i gysylltiad â'r feirws**: Cymryd pob cam rhesymol i leihau'r posibilrwydd o ddod i gysylltiad â COVID-19, drwy, er enghraifft: Gyfyngu ar gysylltiad wyneb yn wyneb; Defnyddio rhwystrau corfforol; Mwy o hylendid, glanweithdra amgylcheddol ac atgoffa pobl am bwysigrwydd hylendid; Golchi dwylo'n dda am 20 eiliad gyda sebon, a'u sychu'n drylwyr, neu ddefnyddio hylif diheintio dwylo sy'n cynnwys alcohol cyn ac ar ôl unrhyw gysylltiad agos; Lleihau synau uchel a fyddai'n golygu y byddai angen i bobl weiddi. Mae Llywodraeth Cymru wedi cyhoeddi Canllawiau Statudol ar gymryd camau rhesymol i leihau cysylltiad gyda COVID-19. Mae'n rhaid dilyn y Canllawiau hynny. Mae peidio â chymryd camau rhesymol i leihau cysylltiad â'r coronafeirws yn drosedd yng Nghymru, a gallai arwain at ddirwy pe byddech yn eich cael yn euog.
- **Mynd ati i Brofi, Olrhain a Diogelu yn y gweithle**. Mae Profi, Olrhain, Diogelu yn gweithio drwy: Brofi'r bobl hynny sydd â symptomau COVID-19 a thrwy ofyn iddynt hunanynysu tra byddant yn cael prawf ac yn aros am ganlyniad; Olrhain yr unigolion hynny sydd wedi bod mewn cysylltiad agos â'r person sydd wedi profi'n bositif am COVID-19, gan ei gwneud yn ofynnol iddynt gymryd gofal a hunanynysu (am 14 diwrnod). Mae Canllawiau ar gael i gyflogwyr yng Nghymru ar sut i Brofi, Olrhain a Diogelu.

CANLLAWIAU O DAN REOLIAD 13 O RHEOLIADAU DIOGELU IECHYD (CYFYNGIADAU CORONAFEIRWS)

Mae'r canllawiau hyn yn berthnasol i bawb y mae'n ofynnol iddynt o dan Reoliadau'r Coronafeirws gymryd pob cam rhesymol i leihau'r risg o ddod i gysylltiad â'r coronafeirws.

Mae Llywodraeth Cymru wedi gosod gofyniad cyfreithiol penodol ar y bobl sy'n gyfrifol am weithleoedd i sicrhau y gwneir popeth rhesymol i gynnal pellter o 2 fetr rhwng pobl wrth iddynt weithio. Mae cynnal pellter o 2 fetr rhwng pobl nad ydynt o'r un aelwyd neu **aelwyd estynedig** yn agwedd bwysig ar y mesurau y mae'n rhaid i bawb eu cymryd i leihau'r risgiau y bydd y coronafeirws yn lledaenu. Mae'n ddisgyblaeth y dylai pawb anelu at ei chynnal ym mhob agwedd ar fywyd beunyddiol.

Ar hyn o bryd, mae Llywodraeth Cymru yn parhau i gynghori pobl i weithio gartref oni bai bod angen busnes clir iddynt ddychwelyd i'r gweithle. Mae gan gyflogwyr hefyd ddyletswydd i gymryd **pob mesur rhesymol** i leihau lledaeniad y coronafeirws. Bydd hyn yn cynnwys sicrhau nad ydynt yn ei gwneud yn ofynnol i staff ddychwelyd i weithleoedd os nad oes angen busnes sydd wedi'i ddangos yn glir.

Y ffordd fwyaf effeithiol o gyfyngu ar y risg o ddod i gysylltiad â'r coronafeirws yn y gweithle yw galluogi rhai aelodau o'r staff, neu bob un, i weithio o'u cartrefi mor aml â phosibl. Fel "mesurau rhesymol" disgwylir i gyflogwyr fod yn hyblyg ac addasu lle bo'n bosibl i ganiatáu hynny. Gall hyn gynnwys rhoi gliniaduron a ffonau symudol i staff, a hwyluso unrhyw gyfathrebu ag aelodau staff, ble bynnag y maent.

Ni ddylid gofyn na rhoi pwysau ar staff i ddychwelyd i weithle os nad oes achos busnes clir dros wneud hynny. Dylai cyflogwyr sy'n ystyried ei gwneud yn ofynnol i staff ddychwelyd i'r gweithle asesu i ddechrau a oes modd gwneud trefniadau amgen i ddiwallu'r rhan fwyaf o anghenion y cyflogwr. Dylid trafod hyn gyda'r staff neu gynrychiolwyr ar ran y staff.

Wrth benderfynu a ddylid gofyn i staff ddychwelyd i weithle, dylai cyflogwyr ystyried a fyddai unrhyw effaith negyddol benodol ar les unigolion yn sgil dychwelyd i'r gwaith (er enghraifft os ydynt mewn perygl uwch neu'n gwarchod eu hunain, neu pe bai dychwelyd i'r gweithle yn achosi pryder difrifol iddynt).

Yn yr un modd, efallai bod rhai aelodau o'r staff yn awyddus i ddychwelyd i'r gweithle. Dan amgylchiadau o'r fath, mae lles y staff yn ystyriaeth berthnasol wrth benderfynu pa fesurau i atal lledaeniad y coronafeirws sy'n rhesymol. Er mai prif flaenoriaeth y cyflogwr fyddai cyfyngu ar y risg o ddod i gysylltiad â'r coronafeirws, dylid cydbwyso hyn gydag effaith negyddol gweithio o'r cartref ar les y gweithiwr cyflogedig. Dan amgylchiadau o'r fath, os gall gweithwyr ddychwelyd i'r gweithle heb gynnydd sylweddol yn y risg o ddod i gysylltiad â'r coronafeirws, dylid caniatáu hyn. Wrth ystyried, dylai cyflogwyr feddwl i ba raddau y byddai'r gweithiwr sy'n dychwelyd yn dod i gysylltiad agos ag eraill, yn y gweithle ac wrth deithio yn ôl ac ymlaen i'r gwaith.

COVID-19 – Cadw Cymru yn Ddiogel yn y Gwaith

Asesiad Risg GwE - Adfer Gwasanaeth/Adeilad yn dilyn pandemic Covid-19

Aseswr ***Assessor***	Uwch Dim Arwain GwE		**Teitl Swydd** ***Job Title***		
Safle / Lleoliad ***Site / Location***	Bryn Eirias, Bae Colwyn		**Asesiad o** ***Assessment of***	Adfer Gwasanaeth/Adeilad yn dilyn pandemic Covid-19	
Dyddiad Asesiad ***Assessment Date***	XXXXX	**Dyddiad Adolygiad Diwethaf** ***Last Review Date***		**Dyddiad Adolygu** ***Next Review Date***	Dyddiad wythnos o rŵan gan fod cyngor yn newid yn rheolaidd

Perygl ***Hazard***	**Math / Effaith Risg** ***Type / Effect of Risk***	***Risg / *Risk*** **Cychwynnol** ***Initial***	**Dulliau Rheoli** ***Control Measures***	***Risg / *Risk*** **Gweddilliol** ***Residual***
Heintio gyda Covid 19 tra'n gweithio yn y swyddfa Gweithio yn y swyddfa yn ystod cyfnod pandemig Covid 19/firws Corona (ar gyfer tasgau penodol / amgylchiadau eithriadol pan nad yw gweithio o adra yn bosibl)	Risg: Unigolyn(ion) yn gweithio yn y swyddfa all ei gwneud nhw'n fwy tebygol o fod yn dal neu yn trosglwyddo Covid 19 Effaith y risg: Gall hyn arwain at – Farwloaeth(au) Salwch difrifol Lledaeniad y pandemig Trawma Straen Pwysau gwaith Colled staff	1B	• Gweithio o adra ble'n bosib • Ond teithio i'r gwaith i wneud tasgau penodol na ellir eu cwblhau o adra ac sydd wedi'u cytuno o flaen llaw gyda'r Rheolwr Llinell a'r Rheolwr Busnes. • Cais wedi ei gyflwyno Rheolwr Busnes i staff gael defnydd o'r swyddfa. Bydd angen cadarnhad fod hyn wedi ei gytuno ymlaen llaw. • Ond teithio i'r gwaith os nad ydych yn arddangos unrhyw symptomau o Covid 19 ac nad nad ydych chi neu neb yn eich cartref yn hunan-ynysu • Uwch Dim Arwain i sicrhau nifer isel o swyddogion yn dod i'r swydddfa ar yr un pryd • Staff unigol i fod yn gyfrifol am gofnodi eu hymweliad â'r swyddfa drwy ddilyn y ddolen yma: https://bit.ly/2Ov4COl rhag ofn i aelod staff ddatblygu symptomau a bod angen manylion i'r system prawf, olrhain a diogelu • Staff i arwyddo mewn ag allan wrth ymweld â'r swyddfa gan ddefnyddio beiro ei hunain os yn bosib	1E

DRAFT

			• Golchi dwylo gyda dŵr a sebon am o leiaf 20 eiliad neu ddefnyddio sanitiser dwylo os nad yw dwr a sebon ar gael yn dilyn cyrraedd yr adeilad • Os yw unigolyn arall eisiau defnyddio'r grisiau yna bydd angen aros i un ochr i sicrhau fod 2m yn cael ei gadw pob amser. • Agor ffenestri os yw'n bosib cael awyr iach naturiol i'r ystafell - diheintio'r handlen cyn ac ar ôl ei ddefnyddio • Ni fydd staff yn cael "hot desgio" ac yn gorfod defnyddio ei man gwaith penodol / desg dynodedig. • Ni ddylid symud o swyddfa i swyddfa, nac o ddesg i ddesg. • Cadw eich man gwaith yn daclus ac yn lan. Cadw pellter o 2m oddi wrth eraill ar bob adeg gan gynnwys pan yn eistedd wrth ddesg, gwneud tasagau, symud o gwmpas a defnyddio cyfleusterau eraill • Golchi dwylo yn rheolaidd gyda dwr a sebon am o leiaf 20 eiliad neu ddefnyddio sanitiser dwylo os nad yw dwr a sebon ar gael • Cadw eich man gwaith yn daclus ac yn lan a'i lanhau a'i ddiheintio yn rheolaidd yn ystod y dydd • Glanhau a diheintio unrhyw offer yr ydych yn eu defnyddio yn y man gwaith cyn a wedi i chi eu defnyddio • Osgoi cyffwrdd eich gwyneb • Tagu neu tisian i mewn i hances a llechio'r hances i'r bin ac yna golchi eich dwylo • Dod ac unrhyw luniaeth gyda chi o adref (a mynd a phopeth adra ar ddiwedd y dydd) • Cymorth cyntaf - Gan fod y swyddfeydd wedi cau i ran fwyaf o weithwyr fe all faint o unigolion sydd wedi cymhwyso gyda chymorth cyntaf fod yn isel / neu fod neb a'r gael yn y swyddfeydd. Sicrhau fod staff yn ymwybodol o	

DRAFT

			hyn a bod angen galw 999 mewn argyfwng brys a bod kit cymorth cyntaf ar gael yn prif dderbynfa pencadlys	
Rhannu adeiladau / cyfleusterau efo asiantaethau eraill	Lledaenu'r afiechyd o fewn yr adeilad i staff ac eraill	1B	• Cydweithio'n agos efo landlordiaid / Rheolwyr Safle i sicrhau fod mesurau ar waith ar gyfer cyfleusterau cymunedol a chyfleusterau a rennir. • Sicrhau mynediad i Asesiadau Risg. • Edrych ar y mesurau o ran glanhau, golchi dwylo, toiledau, arlwyo a defnydd o'r gofod/cyfleusterau a rennir.	3C
Staff yn datblygu symptomau yn y gwaith	Lledaenu'r afiechyd o fewn yr adeilad i staff ac eraill Trawma, straen, gor-bryder, ofn i staff neu eraill	1B	**<u>Canllawiau penodol i unigolyn sydd wedi datblygu symptomau</u>** • Os bydd staffyn datblygu unrhyw symptomau sy'n cael eu pwysleisio gan Iechyd Cyhoeddus Cymru fel symptom o COVID-19 h.y.: Peswch newydd, parhaus Tymheredd uchel - Diffyg neu newid mewn gallu i flasu ac arogli – anosmia • Os bydd unrhywun yn dangos symptomau uchod (COVID-19), dylid dilyn canllawiau cenedlaethol diweddaraf • Os oes angen iddynt fynd i'r ystafell ymolchi / toiledau, dylent ddefnyddio ystafell ymolchi ar wahân os oes modd. Dylid glanhau a diheintio'r ystafell ymolchi / toiledau gan ddefnyddio cynhyrchion glanhau safonol cyn cael ei defnyddio gan unrhyw un arall	1E

DRAFT

			• Mewn perthynas â glanhau ardaloedd lle amheuir bod rhywun wedi datblygu symptomau, rhaid dilyn canllawiau / gweithdrefn adrodd ar unigolyn symptomatig yn y gweithle sydd wedi darparu gan Gyngor Gwynedd yn gorfforaethol a hyn i gyd fynd gyda chanllawiau cenedlaethol <https://www.gov.uk/government/publications/covid-19-decontamination-in-non-healthcare-settings/covid-19-decontamination-in-non-healthcare-settings> • Rheolwr Busnes i gysylltu gyda Rheolwr Safle i'w hysbysu, neu am arweiniad pellach o ran trefnu glanhau'r safle neu leoliad • Mewn perthynas â glanhau ardaloedd lle amheuir bod rhywun wedi datblygu symptomau, rhaid dilyn canllawiau / gweithdrefn adrodd ar unigolyn symptomatig yn y gweithle sydd wedi darparu gan Gyngor Gwynedd yn gorfforaethol a hyn i gyd fynd gyda chanllawiau cenedlaethol • Os oes gan yr aelod staff symptomau bydd rhaid iddynt aros adref am 10 diwrnod a nes bydd symptomau wedi diflannu ers 24 awr a bod symptomau eraill Covid-19 yn gwella. Dilyn canllawiau'r Llywodraeth ar hunain ynysu os yn datblygu symptomau.	

DRAFT

COVID-19 – Cadw Cymru yn Ddiogel yn y Gwaith

Rhywun arall o gartref aelod staff yn datblygu symptomau Gweithdrefnau salwch	Lledaenu'r afiechyd i staff ac eraill Trawma, straen, pwysau gwaith, gor-bryder, ofn	1C	• Os ydi aelod staff yn byw gydag unigolyn â symptomau, rhaid iddynt aros adref am 14 diwrnod o'r amlygiad diwethaf â'r unigolun, ac os ydynt yn datblygu symptomau eu hunain, bydd rhaid iddynt aros adref am 10 diwrnod o ddechrau'r symptomau a nes bod y symptomau wedi mynd/gwella (gweler uchod)	1E
Defnyddio gwrthrychau	Trosglwyddo a lledaenu'r afiechyd i staff ac eraill wrth ddefnyddio offer Trosglwyddo a lledaenu'r afiechyd wrth gyffwrdd bylau drws, botymau goleuadau ayyb	1B	• Gwrthrychau i'w rhannu cyn lleiaf â phosib a glanhau fel yr angen • Bydd gwrthrychau ac arwynebedd cymunedol yn cael eu glanhau gan ddefnyddio dulliau glanhau safonol ond ar sail amlach. Hyn i gyd fynd gyda chanllawiau corfforaethol glanhau Covid-19 • Mewn perthynas â glanhau ardaloedd / offer lle amheuir bod rhywun wedi datblygu symptomau, rhaid dilyn canllawiau / gweithdrefn adrodd ar unigolyn symptomatig yn y gweithle sydd wedi darparu gan Gyngor Gwynedd yn gorfforaethol a hyn i gyd fynd gyda chanllawiau cenedlaethol • Dylid hysbysu'r Rheolwr Safle am gyngor neu arweiniad pellach megis glanhau'r offer, glanhau safle neu drefnu i lanhau'r safle neu leoliad penodol a'r diwedd dydd • Staff i ymgyfarwyddo gyda chodau lliw ar gyfer offer glanhau pe bai angen ei defnyddio. Sicrhau fod PPE addas yn cael ei	1E

DRAFT

			defnyddio, a'i gwisgo yn unol â chanllawiau'r daflen data sydd wedi ei ddarparu gan y gwneuthurwr	
Cymorth cyntaf	Anafiadau difrifol ddim yn derbyn triniaeth briodol Staff ddim yn ymwybodol o gyflyrau meddygol penodol Lledaenu'r afiechyd i eraill h.y. Staff ac eraill wrth gynnal gymorth cyntaf	3C	• **Ble'n bosib** - Angen sicrhau fod un aelod staff ar gael wedi cymhwyso gyda oleiaf thystysgrif cymorth cyntaf mewn argyfwng ar y safle • Glanhewch eich dwylo'n drylwyr gyda sebon a dŵr neu hylif di heintio cyn gwisgo PPE ac ar ôl ei dynnu. Yn dilyn defnyddio PPE o unrhyw fath mae hanfodol ei fod yn cael ei dynnu a'i waredu yn ddiogel er mwyn osgoi hunan-halogi • Lle nad yw'n bosibl cynnal pellter cymdeithasu o 2 fetr i ffwrdd oddi wrth unigolyn arall, bydd menig tafladwy, ffedog blastig dafladwy, masg wyneb llawfeddygol ymlid hylif math IIR yn cael ei ddefnyddio yn ychwanegol i ddefnyddio amddiffyniad llygaid fel fisor wyneb neu sbectol lle rhagwelir y bydd risg o halogi â sblasio, defnynnau gwaed neu hylifau'r corff • Wrth ddefnyddio mwgwd wyneb IIR llawfeddygol ymlid hylif, dylech fowldio strap metel y mwgwd dros bont y trwyn a sicrhau bod y mwgwd yn ffitio'n glyd o dan yr ên, o amgylch neu ar draws unrhyw wallt wyneb os yw'n bresennol • Yn ddelfrydol dylid gwisgo fisor neu sbectol a gellir ei ail ddefnyddio a bydd angen ei glanhau yn unol â chanllawiau'r llywodraeth yn dilyn ei defnyddio. Os mai dim ond fisor neu sbectol dafladwy **un** defnydd sydd ar gael yna dylid ei gwared yn syth ar ôl ei defnyddio.	3E

DRAFT

			• Dylai PPE gael ei waredu wrth fagio dwbl h.y. gosod yr eitemau mewn bag sbwriel a'u clymu yna dylid gosod y bag plastig hwn mewn ail fag bin a'i glymu. Dylid ei storio mewn man addas a diogel a'i farcio â dyddiad a'i adael am o leiaf 72 awr. Unwaith mae'r 72 awr wedi mynd heibio fe allwch wared y bag sbwriel yn y bin gwastraff arferol • Am fwy o wybodaeth gweler canllawiau corfforaethol - COVID19 cynnal cymorth cyntaf yn y gweithle • **CPR – Yn ystod covid19- Oedolyn** Os oes gennych unrhyw amheuaeth fod gan oedolyn symptomau covid19 ac angen cpr, yna mae ymgyfarwyddo â'r canllawiau cyfredol gan y Cyngor adfywio. Gwyliwch yn dilyn linc am arweiniad https://www.resus.org.uk/media/statements/resuscitation-council-uk-statements-on-covid-19-coronavirus-cpr-and-resuscitation/covid-community/ • Sicrhau fod unigolion yn ymwybodol o leoliadau'r bocsys cymorth cyntaf o amgylch y safle. Bydd angen sicrhau fod cyflenwad o nwyddau cymorth cyntaf a'r gael yn y bocsys a dylid ail lenwi fel yr angen • Llenwi HS11 yn dilyn unrhyw ddamwain neu ddigwyddiad ar y safle. Bydd angen ei sganio a'i yrru ymlaen yn electroneg am y cyfnod hwn i IechydADiogelwch@gwynedd.llyw.cymru	

DRAFT

Tân	Llosgiadau, anaf a achosir gan anadliad mwg neu farwolaeth i staff neu eraill yn yr adeilad	1C	• Holl staff i ymgyfarwyddo gydag allanfeydd tân o amgylch y safle yn ogystal â lleoliad y man ymgynnull. Dylid ffonio 999 yn syth os oes tân. • PEIDIWCH â defnyddio diffoddwyr tân oni bai eu bod yn gwbl hanfodol i allu gadael yr adeilad yn ddiogel, neu eich bod wedi derbyn hyfforddiant a'r sut a phryd i ddefnyddio'r diffoddwyr tân • Sicrhau fod trefn arwyddo mewn ag allan a'r gael rhag ofn bydd angen gwacau'r adeilad mewn argyfwng • Sicrhau fod gwybodaeth o bwy sy'n bresennol yn yr adeilad a'r gael i fynd allan i'r man ymgynnull • Gadewch y llwybrau tân yn glir ar bob achlysur • Ynysu rhannau o'r adeilad nad yw'n ofynnol eu defnyddio i atal mynediad heb awdurdod a heb gyfaddawdu llwybrau dianc mewn gwacáu brys • Diangfeydd tân yw cadw yn glir ac ar gael mewn ardaloedd lle mae defnydd yn digwydd.. • Cau'r drysau / ffenestri ar y ffordd allan o'r adeilad • Ymgyfarwyddo rhag ofn fod gan aelod staff gyda chynllun PEEP penodol mewn lle - (Cynllun unigol gwagio adeilad mewn argyfwng tân yw PEEP) • Sicrhau fod profi'r larwm tân yn digwydd yn wythnosol ac yn cael ei gofnodi yn y llyfr log	3E

DRAFFT

			• Adolygu Asesiad Risg Tân. Cadw pellter cymdeithasol wrth wagio'r adeilad, os yn ymarferol. Cadw pellter cymdeithasol mewn man ymgynnull tân.	
Legionella	Staff neu eraill yn dod i gysylltiad â bacteria legionella drwy ffynonellau dŵr e.e. ddefnyddio tapiau cawodydd, neu doiledau yn yr adeilad Trefniadau arferol o fflysio ddim yn ddigonol oherwydd llai o ddefnydd dŵr yn yr adeilad yn ystod covid19	2C	• Bydd archwiliadau a phrofion (ee monitro dŵr legionella a thymheredd dŵr golchi dwylo) yn parhau i'w gynnal fel arferol mewn adeiladau sydd dal yn agored: Bydd angen uwchraddio fflysio i **ddwywaith** yr wythnos am gyfnod pandemic covid19, a bydd angen **cadw cofnod** ar y daflen briodol. Gweler cyfarwyddiadau penodol am y cyfnod hwn: • **Tapiau** - Mewn adeiladau mawr gyda hyd bibellau hir, bydd angen rhedeg y tapiau am fwy o amser, ond yn gyffredinol bydd angen rhedeg pob tap am o leiaf pum munud. Lle mae tap sy'n cymysgu dŵr poeth ac oer, bydd angen rhedeg y tap yn oer am bum munud ac wedyn yn boeth am bum munud arall • **Toiledau** – Bydd angen fflysio'r toiledau. Os oes caead ar y toiled dylid cau hwnnw yn gyntaf	2E
Cynnal a Chadw Adeilad	Diffyg neu nam yn yr adeilad / neu o amgylch y safle Amharu a'r asbestos	2C	• Dylid adrodd unrhyw ddiffygion i'r Rheolwr Safle yn syth • Cynnal a chadw trefniadau tŷ yn dda fel arferol • Pob contractwr i adrodd ac arwyddo mewn fel yr arferol cyn dechrau unrhyw waith yn yr adeilad • Dilyn y drefn arferol pe bai unrhyw waith angen ei gynnal ar yr adeilad.	2E

DRAFT

COVID-19 – Cadw Cymru yn Ddiogel yn y Gwaith

Glanhau	Staff neu eraill yn cael niwed oherwydd gweithgareddau/cemegau glanhau yn yr adeilad	3C	• Sicrhau fod y safle yn cael ei lanhau a'r diwedd y dydd. Sicrhau trefniadau glanhau digonol sydd wedi uwchraddio ar hyn o bryd yn cael ei dilyn yn unol â chanllawiau corfforaethol / cyngor cenedlaethol • Staff i olchi ei dwylo ar ôl unrhyw weithgaredd glanhau • Lle caiff cynhyrchion glanhau eu defnyddio gwisgwch PPE priodol yn unol â chanllawiau'r daflen data sydd wedi ei ddarparu gan y gwneuthurwr (ee menig, ffedogau ayyb) • Storio deunydd glanhau yn unol ac argymhellion y gwneuthurwyr • Bod yn ymwybodol o ble i gael rhagor o wybodaeth am y cemegau sy'n cael eu defnyddio yn unol â Rheoliadau COSHH	3E
Dermatitis	Staff yn cael dermatitis oherwydd golchi ei dwylo yn aml	3C	• Gwirio croen dwylo o dro i dro i weld os oes adwaith i'r deunyddiau glanhau/menyg/gel dwylo. Cysylltu gyda Iechyd Galwedigaethol os oes unrhyw bryder. • Staff i ddefnyddio lleithydd (moisturiser) ei hunain fel yr angen	4D
Llithro, baglu a chwympo	Staff neu eraill yn cael niwed oherwydd diffyg trefniadau o fewn y safle e.e. hylif wedi gollwng ar y llawr ayyb	3C	• Staff i wisgo esgidiau priodol (ee nid fflip flops) • Gweithdrefnau glanhau (gollyngiadau) mewn lle • Trefniadau cynnal a chadw'r tŷ yn dda	3E
Materion staffio	Absenoldebau staff Diffyg cadw at y drefn	3C	• Trefnu sesiynau hyfforddi i staff cyn adfer gwasanaeth • Os oes staff newydd wedi ei adleoli yna bydd rhaid sicrhau ei bod wedi darllen y ddogfen anwythiad i safle newydd yn ystod pandemic covid19	3E

DRAFT

			• Amgylchiadau penodol staff o ran anghenion a chyflyrau iechyd yn cael eu hystyried wrth drefnu tasgau gwaith, a chyswllt gyda Iechyd Galwedigaethol os oes angen. • Staff sy'n Gwarchod i aros gartref neu weithio o gartref yn unol a chanllawiau cenedlaethol. • Posteri ac arwyddion yn cael eu harddangos i atgoffa staff i gadw pellter 2m • Pwysleisio'r angen i bawb warchod ei hun ac eraill • Mae gweithwyr nad ydynt yn cydymffurfio ymbellhau cymdeithasol a gweithio'n ddiogel yn cael eu hatgoffa gan Reolwyr/trefn AD yn dilyn ar gyfer rhai sydd ddim yn cydymffurfio • Staff i dderbyn copi o'r AR	
Darparu cinio Defnyddio'r gegin	Afiechyd yn cael ei ledaenu wrth i staff ddefnyddio'r gegin i ddarparu bwyd/panad Diffyg hylendid da	1B	• Dim ond caniatau un i fewn yn y gegin ar y tro • Sicrhau bod arwynebedd sy'n cael ei gyffwrdd yn cael ei ddi-heintio ar ol defnydd (ee microdonnau, tegell, handlen oergell, tapiau dŵr poeth /oer, ayb) • Dim ond bwyd / diodydd eich hun a ganiateir, a dylid eu paratoi ymlaen llaw . • Staff i beidio rhannu llestri a chyllyll a ffyrc. Unigolion i olchi / storio offer eu hunain • Pawb i ddod a'u bwyd a'u diod i mewn mewn cynhwysyddion wedi eu selio am y tro er mwyn lleihau defnydd y ceginau i baratoi bwyd • Staff i gludo diodydd poeth mewn fflasg er mwyn osgoi rhannu llefrith/potel llaeth	3E
	Afiechyd yn cael ei ledaenu wrth i staff rannu swyddfa	1B	• Cyfrifo cynhwysedd y swyddfa - yn ôl cyfrifiadau cynhwysedd, gallai 56 m2 safonol gymryd 8 unigolion i ganiatáu ar gyfer cadw pellter cymdeithasol o 2m. • Dim mwy na xx% o staff i gael mynediad yr un pryd.	1E

DRAFT

Swyddfeydd			• Rhannu yr adeilad i mewn i barthau fel nad ydi staff o un perth yn cael gadael eu parth nhw eu hunain i grwydro yr adeilad. Hynny i atal lledaeniad yr haint trwy adeilad cyfa a cyfyngu ar yr ardal fyddai angen ei di-heintio petai aelod staff yn datblygu symptomau yn ystod y dydd. • Mapio a marcio pellter cymdeithasol yn y swyddfa. • Defnyddio rotas ac adnabod pa staff sydd angen bod yn y swyddfa er mwyn cyfyngu'r niferoedd i isafswm ar unrhyw un adeg. • Sicrhau bod clo / cod y drws yn cael ei ddi-heintio ar ol defnydd. • A ellir cadw drysau (ar wahân i ddrysau tan, toiledau a diogelwch) ar agor i leihau lledaenu haint? • Cadw at yr un cyd-gweithwyr i bod yn bresennol yn y swyddfa yr un adeg • Sicrhau bod 2m rhwng pob gweithiwr. • Sicrhau bod desgiau ddim yn wynebu ei gilydd yn uniongyrchol. • Peidio â rhannu defnydd desgiau. • Sicrhau fod prosesau diheintio mewn lle bob tro y gorffennir ac y cychwynnir gwaith. • Staff i olchi dwylo cyn/wrth gyrraedd a gadael y swyddfa. • Ni argymhellir defnyddio menig tafladwy yn y gweithle yn rheolaidd oherwydd mwy o debygolrwydd o ledaenu haint. • Ar hyn o bryd nid yw Llywodraeth y DU yn cynghori defnyddio masgiau wyneb / gorchuddion arferol yn y gweithle ond gall gweithwyr eu gwisgo os dymunir. • Anogir golchi dwylo'n rheolaidd gyda sebon a dŵr / geliau llaw yn unol â chanllawiau'r GIG.	
	Afiechyd yn cael ei ledaenu wrth i staff gyfarfod wyneb i wyneb	1B	• Cynnal cyfarfodydd rhithwir arlein fel dull cyfarfod – e.e. Microsoft Teams. • Os oes angen cyfarfod wyneb i wyneb - ar gyfer tasgau penodol / amgylchiadau eithriadol pan nad yw cyfarfodydd rhithwir	1E

DRAFT

COVID-19 – Cadw Cymru yn Ddiogel yn y Gwaith

Cyfarfodydd			arlein yn bosib - yna cyfyngu niferoedd yn unol a maint yr ystafell a chadw pellter cymdeithasol o 2m drwy gydol y cyfarfod • Agor ffenestr yr ystafell i gynyddu awyriant • Gwneud defnydd o cyfrwng technoleg i leihau'r angen i rannu papurau e.g. rhannu sgrin, pecynnau cyn gyfarfod yn cael eu lawrlwytho/danfon yn electroneg, ayb.	
Cyrraedd a symud o gwmpas yr adeilad	Afiechyd yn cael ei ledaenu wrth i staff symud o gwmpas yr adeilad	1B	• Creu system un ffordd o fewn yr adeilad • Arwyddion clir ar gyfer trefniadau mynediad i adeilad ar gyfer staff (a'r cyhoedd os yn berthnasol) • Os oes angen ciwio i gael mewn i adeilad – llawr wedi ei farcio i ddangos y pellter dylid ei gadw • Os yw unigolyn arall eisiau defnyddio'r grisiau yna bydd angen aros i un ochr i sicrhau fod 2m yn cael ei gadw pob amser.	1E
Derbynfa	Afiechyd yn cael ei ledaenu	1B	• Cyfyngu ar y nifer aelod staff/ cyhoedd sy'n cael bod yn y dderbynfa ar unrhyw un adeg • Aelod o staff sydd wedi ei ddynodi ar gyfer defnyddio y weithfan i ddefnyddio'r ffôn yn unig. • Holl staff ac ymwelwyr i ddefnyddio yr un fynedfa er mwyn cadw trefn ar fynd a dod i'r adeilad ac i osgoi mynediad gan y cyhoedd heb apwyntiad. • Y brif fynedfa yn y Cyntedd i weithredu system pellter cymdeithasol gyda marciau llawr a shifftiau penodol i'r timau gyrrwyr sy'n defnyddio'r gofod. • Defnydd o sgriniau acrylig pan fo cyswllt gyda'r cyhoedd i osgoi heintiad wyneb yn wyneb	1E
Toiledau	Afiechyd yn cael ei ledaenu	1B	• Trefnu bod y toiledau'n cael eu glanhau'n gyson • Rheoli nifeoredd sy'n gallu defnyddio'r toiledau.	1E

DRAFT

			• Sicrhau cyflenwad digonol o sebon golchi dwylo a thywelion dychu dwylo • Glanhau cyson a sicrhau fod digon o sebon a thywelion papur mewn lle. • Gwahardd defnydd cyhoeddus o doiledau staff	
Hylendid Dwylo	Afiechyd yn cael ei ledaenu	1B	• Golchi dwylo'n rheolaidd gyda sebon a dŵr / geliau llaw yn unol â chanllawiau'r GIG • Geliau llaw yn cael eu cadw mewn lle addas allan o olau neu wres uniongyrchol	1E
Lifft	Afiechyd yn cael ei ledaenu	1B	• Glanhau'r botwm galw lifft cyn ei ddefnyddio • Un person i ddefnyddio'r lifft ar y tro • Arwyddion i nodi cyfyngder defnyddwyr	1E
Trin eitemau gan y cyhoedd	Afiechyd yn cael ei ledaenu wrth drin eitemau gan y cyhoedd	1C	• Golchi dwylo am o leiaf 20 eiliad wedi trin eitemau gan aelodau'r cyhoedd • Os nad oes bosib golchi dwylo – yna defnyddio gel dwylo addas ar ol trin eitemau'r cyhoedd	1E
Rhannu offer swydda	Afiechyd yn cael ei ledaenu	1C	• Osgoi'r angen i rannu offer swyddfa cyn belled a phosibl • Di-heintio offer sy'n cael ei rannu • Darparu cynhyrchion glanhau addas i staff lanhau'r ardal / offer (ee desgiau, bysellfyrddau, ffonau, llungopiwr) cyn ac ar ôl iddynt ei ddefnyddio.	1E
Awyriant	Afiechyd yn cael ei ledaenu	1C	• Ni ddylid defnyddio'r system 'air-condtioning' hyd nes bydd arweiniad pellach. • Agor ffenestri/drysau allannol ble bo'n bosib • Cynyddu'r awyriant yn yr adeilad • Sicrhau bod awyriant yn dod a chyflenwad ffres o awyr i'r adeilad ac ddim yn ail-gylchdroi'r aer.	1E

DRAFT

COVID-19 – Cadw Cymru yn Ddiogel yn y Gwaith

Ymwelwyr	Afiechyd yn cael ei ledaenu wrth i ymwelwyr ymweld â'r swyddfa	1C	• Cyfyngu ar nifer yr ymwelwyr a dim ond gyda chytundeb ymlaen llaw yr UDA y caniateir hynny • Ymwelwyr i ddilyn y canllawiau - mae'n ofynnol i'r ymwelwyr i gwblhau'r daenlen log fel y staff • Hylif diheintio dwylo a chanllawiau ar weithdrefnau'r staff ar gael i bob ymwelyd. • Pob ymwelydd i fod wedi'i drefnu o flaen llaw.	1E
Nwyddau	Afiechyd yn cael ei ledaenu wrth i nwyddau gael eu cludo i'r swyddfa	1C	• Cyfyngu ar y nifer a sicrhau fod y sawl sy'n cludo yn dilyn y canllawiau • Prynu troliau i gario parseli trwm. • Dylai'r aelod staff gymryd y gofal angenrheidiol a sicrhau ei fod yn golchi ei ddwylo'n drylwyr wrth gasglu / dadbacio'r nwyddau. • Lleihau cyswllt wrth ddanfon parseli/cyfnewid dogfennau a defnyddio llofnod/taliadau electronig ble'n bosibl • Person enwebedig yn casglu'r post/parseli a rhoi cadach efo hylif diheintio drostynt.	1E
Contractwyr ar safle	Afiechyd yn cael ei ledaenu	1C	• Gofyn i gontractwyr ddod i'r safle pan mae'r safle yn wag neu'n dawel • Sicrhau fod contractwyr ond yn dod i mewn i'r gweithle pan fo hynny'n hanfodol a'u bod yn cadw at yr holl fesurau a roddwyd ar waith mewn perthynas â phellter cymdeithasol, hylendid ac ati. • Dim ond gwaith hanfodol cynnal a chadw i'w wneud. • Sicrhau fod y contractwr wedi darparu asesiad risg addas ar gyfer ymgymryd ag unrhyw waith. • Cytuno ar reolau a phrotocolau safle gyda'r rheolwr safle	1E

DRAFT

Lles Meddyliol	Effaith ar les meddyliol unigolion	1B	• Cynnal asesiadau unigol gyda'r staff i'w paratoi. • Mynediad i wasanaeth cwnsela Medra a'r gwasanaeth iechyd galwedigaethol ar gyfer gweithwyr sydd ei angen • Sicrhau fod y staff yn ymwybodol o'r gwasanaethau a chynnwys gwybodaeth ar y mewnrwyd.	1E
Teithio yn y gwaith	Haint yn cael ei drosglwyddo oherwydd bod staff yn rhannu cerbydau yn y gwaith	1B	• Dim ond un aelod o staff i deithio mewn cerbyd, a chael aelod(au) eraill i ddilyn mewn car arwahan er mwyn osgoi'r angen i rannu cerbyd. • Dilyn asesiad risg penodol ar deithio gan y Gwasanaeth • Ni ddylai gweithwyr rannu car (oni bai eu bod yn byw yn yr un tŷ). • Rhaid cadw pellter cymdeithasol yn y maes parcio efo digon o le rhwng cerbydau a fydd yn lleihau faint o geir all barcio yno. • Rhaid cadw pellter cymdeithasol yn y maes parcio/mannau danfon efo digon o le rhwng pobl/cerbydau.	1E

*Risg = Tebygolrwydd + Canlyniad. Gweler 6.2b – Matrics Asesu Risg

Nodiadau ar Gyfer Gweithredu / *Notes for Implementation*	**Person Cyfrifol *Responsible Person***	**Cwblhau Erbyn *Complete By***
1. Cyfeirio at asesiad risg "Diffyg darpariaeth cymorthyddion cyntaf yn ystod pandemic covid19" os nad oes cymhorthydd cyntaf ar gael.		
2. Creu cofrestr staff sydd yn 'fregus'. Holiadur bregusrwydd / Asesiad risg unigol yw cwblhau gydag aelodau staff sydd wedi bod gartref ohewrydd shielding neu gyflyrau meddygol yn ystod covid19. Cynghori fel yr angen o ran trefniadau sydd angen ei weithredu yn dilyn cwblhau'r holiadur / asesiad risg.		
3. Cynnal sgyrsiau unigol gyda staff i'w paratoi a'u cynghori o ran y trefniadau sydd angen eu dilyn.		

DRAFT

COVID-19 – Cadw Cymru yn Ddiogel yn y Gwaith

4. Sicrhau cyflenwad digonol o sebon, sanitiser a deunyddiau glanhau a diheintio offer swyddfa.		
5. Sicrhau cyflenwad digonol o arwyddion ar gyfer y swyddfa.		
6. Mapio a marcio pellter cymdeithasol yn y swyddfa a sicrhau fod arwyddion perthnasol yn cael ei arddangos – e.e. posteri ac arwyddion yn cael eu harddangos i atgoffa staff i gadw pellter 2m, arwyddion clir ar gyfer trefniadau mynediad i adeilad ar gyfer staff (a'r cyhoedd os yn berthnasol), arwyddion i nodi cyfyngder defnyddwyr.		
7. Sefydlu system unffordd drwy'r swyddfa ac/neu goridorau wedi'i marcio'n glir ar gyfer cerdded ar yr ochr chwith yn unig.		
8. Sicrhau cyflenwad digonol o offer PPE ar gyfer Cymorth Cyntaf.		
9. Rhannu yr adeilad i mewn i barthau fel nad ydi staff o un perth yn cael gadael eu parth nhw eu hunain i grwydro yr adeilad. Hynny i atal lledaeniad yr haint trwy adeilad cyfa a cyfyngu ar yr ardal fyddai angen ei di-heintio petai aelod staff yn datblygu symptomau yn ystod y dydd.		
10. Adnabod pa staff sydd angen bod yn y swyddfa er mwyn cyfyngu'r niferoedd i isafswm ar unrhyw un adeg.		
11. Llunio rota's i gyfyngu'r niferoedd i isafswm yn y swyddfa ar unrhyw un adeg pan fydd hi'n briodol i wneud hynny.		
12. Gosod sgrins yn y swyddfeydd i osgoi heintiad wyneb yn wyneb.		
13. Cyfrifo cynhwysedd y swyddfa.		
14. Symud desgiau i sicrhau bod 2m rhwng pob gweithiwr a bod desgiau ddim yn wynebu ei gilydd yn uniongyrchol.		
15. Ail drefnu'r hot desks i sicrhau bod 2m rhwng pob gweithiwr a bod desgiau ddim yn wynebu ei gilydd yn uniongyrchol.		
16. Mesur ystafelloedd cyfarfod er mwyn adnabod nifer o unigolion a all fynychu - cyfyngu ar y nifer aelod staff sy'n cael bod yn y yr ystafell ar unrhyw un adeg.		
17. Sicrhau mynediad i Asesiadau Risg y Gwasanaeth Prawf a'r Heddlu		

DRAFT

COVID-19 – Cadw Cymru yn Ddiogel yn y Gwaith

18. Bydd angen edrych ar y mesurau o ran glanhau, golchi dwylo, toiledau, arlwyo a defnydd o'r gofod cymdeithasol.		
19. Gwirio gyda'r Rheolwyr Safle fod yr holl wiriadau iechyd a diogelwch wedi'u cwblhau ar ôl cyfnod o gau fel clefyd Legionnaire, profi larymau tân a systemau chwistrellu dŵr, tynnu llwch ac ati. Bydd angen cysylltu gyda'r ymgynghorwyr Iechyd a Diogelwch am asesiad cyfansawdd.		
20. Canllawiau eglur ar ofynion cadw pellter cymdeithasol - angen rhoi arweiniad pendant i bawb ar gadw pellter cymdeithasol yn y swyddfa. Mae angen rhannu unrhyw ganllawiau diwygiedig mewn da bryd â'r holl staff.		
21. Trefn bendant ar gyfer dod i mewn i'r swyddfa - sefydlu system unffordd a.y.b.		
22. A ellir cadw drysau (ar wahân i ddrysau tan, toiledau a diogelwch) ar agor i leihau lledaenu haint.		
23. Cynyddu oriau glanhau a chanolbwyntio ar arwynebau, drysau a mannau cyffredin. Cynyddu oriau glanhau i sicrhau bod yr holl arwynebau yn cael eu glanhau yn drylwyr ar ddiwedd y diwrnod.		
24. Prynu trolïau i gario parseli trwm.		
25. Adolygu Asesiad Risg Tân. Cadw pellter cymdeithasol wrth wagio'r adeilad, os yn ymarferol. Cadw pellter cymdeithasol mewn man ymgynnull tân.		
26. Arweiniad pellach o ran ddefnyddio'r system 'air-condtioning'.		
27. Bydd angen diweddaru wrth i'r sefyllfa ddeinamig hon newid a bydd angen cyfleu unrhyw newid mewn statws mewn da bryd cyn i'r statws newydd ddechrau.		
28. Gosod strwythur adolygu AR i sicrhau craffu a chymeradwyaeth gan y Bwrdd Rheoli / Cydbwyllgor		