**Canllawiau i Ailagor Stiwdios Tatŵio a Thyllu’r Corff yng Nghymru - Rhestr wirio i ailagor y busnesau hyn**

Efallai na fydd angen y canlynol i gyd arnoch chi – ac efallai y bydd elfennau eraill o’ch busnes penodol chi i’w hystyried - ond gobeithio y bydd hon o ddefnydd i chi, ochr yn ochr â’r canllawiau llawn: [Gwasanaethau harddwch, holistig a lles: canllawiau'r coronafeirws gweithleoedd](https://llyw.cymru/gwasanaethau-harddwch-holistig-lles-canllawiaur-coronafeirws-gweithleoedd).

Rydym yn disgwyl i’r ddogfen hon gael ei diweddaru dros amser. Mae’r fersiwn hon yn gyfredol ar 24 Gorffennaf 2020.

Dylid adolygu cynlluniau’n rheolaidd, a rhaid iddynt gynnig ffordd ofalus o ailagor. Dylai busnesau hefyd ganolbwyntio ar greu atebion mae modd eu haddasu, hynny yw atebion y byddai modd eu rhewi neu eu gwrthdroi’n gyflym petai rhagor o achosion o COVID-19. Mae rhestr o ddolenni cyflym ar gael ar ddiwedd y rhestr wirio hon. Mae hefyd yn cynnwys dolenni Llywodraeth Cymru.

|  |  |
| --- | --- |
| **Gweithio o fewn** [**rheoliadau a chanllawiau iechyd y cyhoedd**](https://llyw.cymru/coronafeirws) |  |
| Edrychwch ar y <https://llyw.cymru/rheoliadau-diogelu-iechyd-cyfyngiadau-coronafeirws-rhif-2-cymru-2020> perthnasol i Gymru.  |  |
| Meddyliwch am unrhyw gyfnodau rhybudd neu drefniadau eraill sydd eu hangen er mwyn i staff sydd ar ffyrlo neu sydd wedi cael eu symud allu dychwelyd i’r gwaith.  |  |
| Ewch dros ganllawiau diweddaraf Llywodraeth Cymru ynghylch iechyd, cadw pellter cymdeithasol a chorfforol a golchi dwylo a hylendid anadlol. |  |
| Cynhaliwch [asesiad risg COVID-19](https://www.hse.gov.uk/simple-health-safety/risk/index.htm) priodol yn unol â [deddfwriaeth a chanllawiau presennol Llywodraeth Cymru](https://llyw.cymru/deddfwriaeth-chanllawiau-coronafeirws-ar-y-gyfraith). Defnyddiwch y canllawiau i’ch helpu i wneud penderfyniadau a llunio mesurau rheoli. Ymgynghorwch ag undebau a/neu weithwyr. Rhaid i chi ysgrifennu eich asesiad risg os ydych chi’n cyflogi mwy na 5. |  |
| Defnyddiwch y canllawiau hyn ar y cyd ag adnoddau eraill sy’n berthnasol i’r sector. Efallai bydd y Templed Asesiad Risg yn eich helpu i gynnal asesiad risg priodol. |  |
| Gallwch hefyd gysylltu â’ch Awdurdod Lleol i gael cyngor i gefnogi eich asesiad risg. Gall swyddogion y cyngor roi templedi, nodiadau cyfarwyddyd a rhestrau gwirio.  |  |
| Cwtogwch ar yr angen am deithiau gwaith a chyswllt wyneb yn wyneb. Meddyliwch am broffil oedran eich gweithlu. |  |
| Meddyliwch am y lefel sylfaenol ddiogel o staff – er enghraifft er mwyn cynnal protocolau COVID-19 penodol ac er mwyn gallu gweithredu os bydd aelod o staff yn mynd yn sâl, neu os bydd angen ynysu’n barhaus. Meddyliwch sut gallai hyn ddylanwadu ar faint o gleientiaid mae modd eu cael ar y safle. Meddyliwch pa drefniadau mae angen eu rhoi ar waith os bydd rhywun yn mynd yn sâl yn y safle. |  |
| Meddyliwch am hawliau’r rheini sydd â nodweddion gwarchodedig a sut gallant barhau i ddefnyddio eich eiddo / gwasanaethau yn ddiogel.  |  |
| Rhannwch ganlyniadau eich asesiad risg â’ch gweithlu. Meddyliwch am gyhoeddi’r canlyniadau ar eich gwefan.  |  |
| **Cynllunio a pharatoi gweithleoedd a safleoedd ar gyfer ailagor**  |  |
| Cynhaliwch archwiliadau iechyd a diogelwch statudol ar adeiladau cyn ailagor i staff neu ymwelwyr ee clefyd y llengfilwyr, tymheredd dŵr, profion nwy a thrydan. |  |
| Rhowch drefniadau glanhau diwygiedig a gwell ar waith. |  |
| Meddyliwch pa ymyriadau ffisegol sydd eu hangen er mwyn i chi roi’r mesurau hyn ar waith. |  |
| **Diogelwch a pharodrwydd am argyfwng** |  |
| Meddyliwch am oblygiadau diogelwch unrhyw newidiadau a wnewch i’ch ffyrdd o weithio. Peidiwch â chael gwared ag unrhyw nodweddion diogelwch heb ystyried diogelwch amddiffynnol yn gyffredinol. |  |
| Gwnewch yn siŵr bod unrhyw addasiadau oherwydd COVID-19 yn cefnogi eich parodrwydd am argyfwng ee eich mannau ymgynnull pan fydd larwm tân, mynediad ar gyfer timau ymateb i argyfwng a sefyllfaoedd eraill sy’n peryglu bywyd. |  |
| Gwnewch yn siŵr bod y swyddogion cymorth cyntaf sydd wedi cael eu hyfforddi yn dal yn barod i gyflawni’r rolau hyn. Diweddarwch unrhyw hyfforddiant cymorth cyntaf i gynnwys protocolau COVID-19. |  |
| **Profi, Olrhain, Diogelu - Iechyd** |  |
| Darllenwch [ganllawiau Llywodraeth Cymru ar gyfrifoldebau cyflogwyr i helpu gyda phrofion COVID-19 ac olrhain cysylltiadau](https://llyw.cymru/profi-olrhain-diogelu-canllawiau-i-gyflogwyr). Mae olrhain cysylltiadau’n rhan bwysig o’r strategaeth Profi, Olrhain, Diogelu a fydd yn ein helpu i fyw a gweithio ochr yn ochr â’r feirws wrth i ymchwil barhau i ddod o hyd i driniaethau mwy effeithiol a brechlyn. Mae Llywodraeth Cymru wedi cyhoeddi [dogfen cwestiynau am Olrhain Cysylltiadau](https://llyw.cymru/olrhain-cysylltiadau-eich-cwestiynau) a dylid cyfeirio at hon ochr yn ochr â’r canllawiau uchod. |  |
| **Cyfathrebu** |  |
| Adolygwch eich trefniadau hysbysebu. |  |
| Cynlluniwch eich trefniadau hysbysebu a chyfathrebu er mwyn codi hyder y cyhoedd bod paratoadau i leihau lledaeniad COVID-19 wedi cael eu gweithredu yn eich stiwdio. |  |
| Gwnewch yn siŵr eich bod yn darparu gwybodaeth i’r bobl sydd yn eich safle am y mesurau sydd eu hangen i leihau’r risg o ddod i gysylltiad â’r coronafeirws. Bydd hyn yn cynnwys cleientiaid a staff, cyflenwyr neu gyrff masnach er mwyn eu helpu i’w mabwysiadu ac i rannu profiadau, fel drwy e-bost neu gyfryngau cymdeithasol. |  |
| **Adolygu** |  |
| Adolygwch holl bolisïau’r llywodraeth bob wythnos yn dilyn newidiadau i ddeddfwriaeth, canllawiau’r llywodraeth, y gwersi sydd wedi cael eu dysgu ac enghreifftiau o’r arferion gorau mewn llefydd eraill. |  |
| **Pwy ddylai fynd i’r gwaith** |  |
| Daliwch ati i fonitro cyngor y llywodraeth ynghylch yr wybodaeth ddiweddaraf am lefelau risg COVID er mwyn ystyried pwy y mae’n rhaid eu cael ar y safle; er enghraifft, meddyliwch a ddylai gweithwyr cefn tŷ weithio gartref i’r graddau sy’n rhesymol ymarferol. |  |
| Cynlluniwch ar gyfer y nifer sylfaenol o bobl y bydd angen iddynt fod ar y safle er mwyn gweithredu’n ddiogel ac yn effeithiol. |  |
| [Diogelu Pobl sy’n wynebu Risg Uchel](https://llyw.cymru/canllawiau-ar-warchod-ac-amddiffyn-pobl-ddiffinnir-ar-sail-feddygol-fel-rhai-eithriadol-o-agored-0) |  |
| Edrychwch ar y canllawiau cyfredol i gael cyngor ynghylch pwy sydd yn y grŵp eithriadol o agored i niwed yn glinigol ac yn y grŵp agored i niwed yn glinigol. |  |
| Rhowch sylw penodol i bobl sy’n byw gydag unigolion sy’n eithriadol o agored i niwed yn glinigol. |  |
| Unigolion **sy’n agored i niwed yn glinigol (ond ddim yn eithriadol o agored i niwed yn glinigol)** nad ydynt yn gallu gweithio gartref:* Cynigwch y rolau mwyaf diogel sydd ar gael yn y safle, gan sicrhau bod pob mesur rhesymol wedi cael ei gymryd i sicrhau bod pawb yn cadw 2 fetr ar wahân.
* Os bydd yn rhaid iddynt dreulio amser yn nes na hynny at bobl eraill, aseswch yn ofalus a ddylai’r gweithgaredd hwn gael parhau. Pan na fydd hi’n bosibl cadw 2 fetr ar wahân, dylech chi gymryd mesurau lliniaru eraill i leihau’r risg o drosglwyddo’r coronafeirws.
* Yn yr un modd ag unrhyw risg yn y gweithle rhaid i chi ystyried dyletswyddau penodol i’r rheini sydd â nodweddion gwarchodedig, gan gynnwys, er enghraifft, menywod beichiog sydd bob amser â hawl i gael cyfnod o’r gwaith gyda thâl llawn os nad oes modd dod o hyd i rolau addas.
* Dylech ystyried y mesurau lleihau risg byddwch chi’n eu cyflwyno a’u cofnodi yn eich asesiadau risg.
 |  |
| **Pobl y mae angen iddynt hunanynysu** |  |
| Galluogi staff i weithio gartref wrth iddynt hunanynysu os yw’n briodol. |  |
| Edrychwch ar y canllawiau cyfredol ar gyfer cyflogeion a chyflogwyr sy’n ymwneud â thâl salwch statudol oherwydd y coronafeirws. |  |
| Edrychwch ar y canllawiau cyfredol ar gyfer pobl sydd â symptomau a’r rheini sy’n byw gyda phobl sydd â symptomau. |  |
| **Cydraddoldeb yn y gweithle** |  |
| Gwnewch yn siŵr eich bod yn deall ac yn ystyried amgylchiadau penodol y rheini sydd â nodweddion gwarchodedig gwahanol. |  |
| Gwnewch yn siŵr eich bod yn cynnwys ac yn cyfathrebu’n briodol â gweithwyr y gallai eu nodweddion gwarchodedig olygu bod ganddynt lefel wahanol o risg, neu a allai olygu bod unrhyw gamau rydych chi’n eu hystyried yn amhriodol neu’n anodd iddynt. |  |
| Meddyliwch a oes angen i chi roi unrhyw fesurau neu addasiadau penodol ar waith er mwyn ystyried eich dyletswyddau o dan y ddeddfwriaeth cydraddoldeb. |  |
| Gwnewch addasiadau rhesymol i sicrhau na fydd gweithwyr anabl dan anfantais. Aseswch y risgiau iechyd a diogelwch i famau newydd neu fenywod beichiog. |  |
| Gwnewch yn siŵr eich bod yn deall ac yn ymateb i bryderon y rheini sy’n ystyried eu hunain mewn mwy o risg. |  |
| Gwnewch yn siŵr na fydd y camau byddwch chi’n eu cymryd yn cael effaith negyddol nad oes modd ei chyfiawnhau ar rai grwpiau o’u cymharu ag eraill, er enghraifft, y rheini sydd â chyfrifoldebau gofalu neu’r rheini sydd ag ymrwymiadau crefyddol. |  |
| [Cadw pellter corfforol yn y gwaith](https://llyw.cymru/cymryd-pob-cam-rhesymol-i-gynnal-pellter-corfforol-yn-y-gweithle) |  |
| Cydymffurfiwch â’r gofynion [cadw pellter corfforol](https://llyw.cymru/cymryd-pob-cam-rhesymol-i-gynnal-pellter-corfforol-yn-y-gweithle) sydd yn Rheoliadau Cyfyngiadau Coronafeirws Cymru. |  |
| Cymerwch bob cam lliniaru posibl i leihau’r risg o drosglwyddo’r haint rhwng eich staff a phawb a allai fod ar y safle. Yn ogystal ag unrhyw beth y byddent fel rheol yn ei wisgo, dylech chi ddarparu diogelwch cyfarpar diogelu personol pellach i’r staff sy’n gorfod gweithio wyneb yn wyneb am gyfnod hir gyda mwy na grŵp bach o bartneriaid sefydlog. Dylai hyn fod yn feisor clir sy’n gorchuddio’r wyneb ac yn rhwystr rhwng y sawl sy’n ei wisgo a’r cleient rhag defnynnau anadlol a achosir gan disian, peswch neu siarad. Rhaid i’r feisor ffitio’r sawl sy’n ei wisgo a rhaid ei wisgo’n iawn. Dylai orchuddio’r talcen, ymestyn o dan yr ên ac ymestyn o amgylch ochrau’r wyneb.  |  |
| Wrth ofyn i staff weithio wyneb yn wyneb am gyfnod hir gyda mwy na grŵp bach o bartneriaid sefydlog (hyd yn oed os ydynt yn cael feisor) dylai eich asesiad ystyried yn benodol a yw’r bobl sy’n gwneud y gwaith yn arbennig o agored i niwed oherwydd y coronafeirws. Mae asesiadau risg yn ofyniad cyfreithiol ar gyfer menywod beichiog, dim ots beth yw maint y busnes. |  |
| Fel cyflogwr, mae gennych chi ddyletswydd gyfreithiol i ddiogelu gweithwyr ac eraill rhag risg i’w hiechyd a’u diogelwch. Mae hyn yn golygu bod angen i chi feddwl am y risgiau sy’n eu hwynebu a chymryd pob cam rhesymol ymarferol i’w lleihau, gan gydnabod na allwch chi ddileu’r risg o COVID-19 yn llwyr. **Meddyliwch yn ofalus a ddylech chi ddarparu triniaethau risg uchel ar yr wyneb. Cynghorir yn gryf i chi beidio â gwneud hyn oherwydd ei bod hi’n anodd iawn gwneud hynny’n ddiogel yn ystod COVID-19 o dan y canllawiau cyfredol.** |  |
| Meddyliwch sut mae pobl yn teithio’n ôl ac ymlaen i’r gwaith i leihau’r amser sy’n cael ei dreulio ar drafnidiaeth gyhoeddus brysur. Dangoswch hyblygrwydd ee edrychwch ar amseroedd dechrau a gorffen gwahanol a chefnogwch y gweithwyr i deithio’n ôl ac ymlaen i’r gwaith. |  |
| Cynyddwch pa mor aml mae pobl yn golchi eu dwylo a pha mor aml caiff arwynebau eu glanhau, gan gynnwys diheintio ardaloedd lle bydd llawer o bobl neu fannau sy’n cael eu cyffwrdd yn aml. |  |
| Cadwch y gweithgaredd lle nad oes modd cadw pellter corfforol mor fyr â phosibl. |  |
| Defnyddiwch sgriniau neu rwystrau i gadw pobl ar wahân. |  |
| Gweithiwch gefn wrth gefn neu ochr yn ochr (yn hytrach nag wyneb i wyneb) pan fo’n bosibl. |  |
| Cwtogwch ar nifer y bobl mae pob unigolyn yn dod i gyswllt â nhw drwy ddefnyddio ‘partneriaid neu dimau sefydlog’ (er mwyn i bob unigolyn weithio gyda dim ond ychydig o bobl eraill). |  |
| Aseswch bob ardal i gadw pellter corfforol ee mynedfeydd ac allanfeydd, ystafelloedd egwyl, storfeydd a lleoliadau tebyg. |  |
| **Cyrraedd a gadael y gwaith** |  |
| Darparwch ragor o le parcio neu gyfleusterau fel rheseli beiciau i helpu pobl i gerdded, rhedeg neu feicio i'r gwaith lle bo'n bosibl. |  |
| Ni ddylai’r staff rannu cerbydau.  |  |
| Defnyddiwch farciau a chyflwyno llif unffordd mewn mynedfeydd ac allanfeydd cefn tŷ neu sydd ar gyfer cyflogeion yn unig a phan fo’n briodol. Meddyliwch am strwythur y safle, y math o weithrediad a phroffil y cleientiaid. |  |
| Darparwch gyfleusterau golchi dwylo i weithwyr, neu hylif diheintio dwylo lle nad yw hynny'n bosibl, ger y mynedfeydd a’r allanfeydd.  |  |
| Darparwch ddewisiadau eraill yn lle dyfeisiau diogelwch y mae'n rhaid eu cyffwrdd fel bysellbadau. |  |
| **Symud o gwmpas adeiladau** |  |
| Cwtogwch ar symudiadau pobl drwy eu hannog i beidio â gwneud teithiau diangen mewn adeiladau ac ar safleoedd, ee cyfyngu ar fynediad i rai ardaloedd ac annog pobl i ddefnyddio'r ffôn mewn safleoedd mwy.  |  |
| Cyflwynwch ragor o lwybrau unffordd drwy adeiladau. Rhowch farciau ar y llawr a gosodwch arwyddion i atgoffa'r gweithwyr a’r cleientiaid i gadw pellter corfforolpan fo’n bosibl, yn enwedig yn yr ardaloedd y bydd cleientiaid yn rhyngweithio |  |
| Anogwch bobl i ddefnyddio’r grisiau pan fo’n bosibl a gwnewch yn siŵr bod y canllawiau’n cael eu glanhau’n rheolaidd. Cwtogwch ar y nifer mwyaf sy’n cael defnyddio’r lifft ar yr un pryd. Rhowch hylif diheintio dwylo ar gyfer defnyddio lifftiau. Gwnewch yn siŵr bod pobl anabl yn gallu cael mynediad i lifftiau. |  |
| Rheolwch y defnydd o fannau prysur gan gynnwys grisiau, coridorau, lifftiau a llwybrau cerdded, er mwyn cadw pellter cymdeithasol. Glanhewch a diheintiwch yr ardaloedd hyn yn amlach.  |  |
| **Gweithleoedd a mannau gwaith** |  |
| Adolygwch gynlluniau a phrosesau i ganiatáu i weithiwyr weithio'n bellach ar wahân er mwyn cadw pellter corfforol.  |  |
| Dylech neilltuo mannau gwaith i unigolion penodol cymaint ag sy’n bosibl. Os oes angen eu rhannu, dylai’r nifer lleiaf posibl o bobl eu rhannu, gan gadw pellter corfforol a dylid eu glanhau cyn i rywun gwahanol eu defnyddio. |  |
| Os nad yw’n bosibl sicrhau bod mannau gwaith 2 fetr ar wahân, bydd angen i chi gymryd mesurau lliniaru eraill i leihau’r risg o drosglwyddo’r coronafeirws.  |  |
| Defnyddiwch dâp neu baent ar y llawr, pan fo’n briodol, i helpu pobl i gadw eu pellter.  |  |
| Osgowch gael pobl yn gweithio wyneb yn wyneb, er enghraifft, drwy weithio ochr yn ochr neu drwy wynebu oddi wrth ei gilydd. |  |
| Defnyddiwch sgriniau i greu rhwystrau ffisegol rhwng pobl.  |  |
| Defnyddiwch system sy’n defnyddio parau cyson os oes yn rhaid i bobl weithio’n agos at ei gilydd - er enghraifft.  |  |
| Cwtogwch ar y cyswllt sy’n ymwneud â thrafodion, er enghraifft, ystyriwch ddefnyddio taliadau digyswllt ac annog pobl i archebu ar-lein a thalu ymlaen llaw pan fydd hynny’n briodol. |  |
| Os defnyddir arian parod, anogwch bobl i olchi eu dwylo’n amlach a chynnig rhagor o gyfleusterau golchi dwylo i weithwyr a chwsmeriaid, neu darparwch hylif diheintio dwylo pan nad yw hynny’n ymarferol. |  |
| Ailfeddyliwch am arddangosiadau a hyrwyddiadau i leihau cyswllt uniongyrchol ac i gynnal pellter corfforol. |  |
| **Damweiniau, diogelwch a digwyddiadau eraill** |  |
| Dylai unrhyw un sy’n helpu pobl eraill roi sylw penodol i fesurau glanweithdra yn syth wedyn gan gynnwys golchi dwylo.  |  |
| Adolygwch eich gweithdrefnau digwyddiadau ac argyfyngau er mwyn sicrhau eu bod yn adlewyrchu'r egwyddorion cadw pellter corfforol cymaint ag y bo modd (cofiwch mewn argyfwng – ee damwain, darparu cymorth cyntaf, tân neu ladrad - ni ddylai pobl gadw pellter cymdeithasol os byddai’n anniogel gwneud hynny). |  |
| **Rheoli eich cleientiaid, eich ymwelwyr a’ch contractwyr** |  |
| Aseswch nifer y cleientiaid a fyddai’n galluogi pobl i gadw pellter corfforol yn rhesymol mewn unrhyw ofod. Meddyliwch am gyfanswm arwynebedd y llawr yn ogystal â mannau cul ee drysau ac ardaloedd prysur. |  |
| Meddyliwch am gyfyngu ar nifer y cleientiaid. Gofynnwch i gleientiaid drefnu apwyntiad ymlaen llaw. Gwnewch ddarpariaeth ar gyfer y rheini heb fynediad i’r rhyngrwyd er mwyn iddynt allu archebu / gofyn cwestiynau all-lein. |  |
| Gosodwch bosteri i gleientiaid yn egluro’r darpariaethau sydd ar waith, gan eu hatgoffa i gadw pellter corffol (gan gynnwys pellter oddi wrth gyflogeion). |  |
| Hyrwyddwch ddefnyddio taliadau digyswllt. |  |
| Adolygwch sut mae cleientiaid yn symud drwy ac o amgylch y safle (dan do ac yn yr awyr agored) i sicrhau bod yr ardaloedd hyn yn cydymffurfio â’r canllawiau cadw pellter corfforol. |  |
| Meddyliwch sut gallech chi addasu llif y cleientiaid a’r cyflogeion i leihau tagfeydd a chyswllt ee rheoli ciwiau neu lif unffordd, pan fo’n bosibl. |  |
| Dylid osgoi ciwiau drwy ddefnyddio system apwyntiadau’n unig, ac felly bydd modd osgoi’r angen i gleientiaid aros mewn ciwiau. Dylid cynghori cleientiaid i gyrraedd yn brydlon ar gyfer eu hapwyntiad i leihau oedi yn nes ymlaen yn ystod y diwrnod ond ni ddylent gyrraedd yn rhy gynnar a gorgyffwrdd â chleientiaid eraill. |  |
| Dylai’r ciwiau sydd yn ffurfio’r tu allan gael eu rheoli i sicrhau nad ydynt yn achosi risg i unigolion nac i fusnesau eraill, er enghraifft drwy gyflwyno systemau ciwio, defnyddio rhwystrau a chael aelod o staff wrth law i gyfarwyddo’r cleientiaid. |  |
| Gwnewch yn siŵr bod unrhyw newidiadau i fynedfa, allanfa a rheoli ciwiau yn ystyried addasiadau rhesymol ar gyfer y rheini sydd eu hangen, gan gynnwys cleientiaid anabl. |  |
| Anogwch y cleientiaid i ddefnyddio hylif diheintio dwylo neu gyfleusterau golchi dwylo wrth iddynt ddod i’r safle er mwyn lleihau’r risg o drosglwyddo drwy gyffwrdd cynnyrch neu arwynebau. |  |
| Atgoffwch y cleientiaid a ddaw gyda phlant eu bod nhw’n gyfrifol am eu goruchwylio bob amser ac y dylent ddilyn y canllawiau cadw pellter corfforol. |  |
| Gweithiwch gyda’ch awdurdod lleol / landlord i ystyried effaith eich prosesau, gan gynnwys ciwiau, ar ardaloedd cyhoeddus ee y stryd fawr, meysydd parcio cyhoeddus, allanfeydd tân etc.  |  |
| Dynodwch safleoedd amlwg lle bydd cyflogeion ar gael i helpu cleientiaid gan gadw 2 fetr oddi wrthynt. |  |
| Gweithiwch gyda busnesau cyfagos a'r awdurdodau lleol i wasgaru nifer y bobl sy’n cyrraedd drwy gydol y dydd ee drwy addasu’r oriau agor i leihau’r galw am drafnidiaeth gyhoeddus yn ystod amseroedd allweddol ac osgoi gorlenwi.  |  |
| **Diogelwch** |  |
| Meddyliwch am unrhyw newidiadau gweithredol sy’n ymwneud â COVID-19 ochr yn ochr â’r goblygiadau i ddiogelwch. Gwnewch yn siŵr bod diogelwch da yn cael ei gynnal cymaint ag y bo modd. |  |
| **Glanhau’r gweithle** |  |
| **Cyn ailagor** |  |
| Aseswch yr holl safleoedd, neu rannau o safleoedd, sydd wedi bod ar gau. Dilynwch weithdrefnau glanhau a darparwch hylif diheintio dwylo cyn ailddechrau gweithio. |  |
| Gwiriwch a oes angen i chi wasanaethu neu addasu systemau awyru, er enghraifft, er mwyn sicrhau nad yw’r lefelau awyru yn gostwng yn awtomatig gan fod nifer y bobl sy'n bresennol yn is na'r arfer. Gofynnwch am gyngor gan eich peirianwyr neu ymgynghorwyr awyru ac aerdymheru (HVAC). |  |
| **Cadw’r gweithle’n lân** |  |
| Glanhewch ardaloedd gwaith a chyfarpar yn aml rhwng eu defnyddio, gan ddefnyddio eich cynnyrch glanhau arferol. |  |
| Glanhewch wrthrychau ac arwynebau sy’n cael eu cyffwrdd yn aml yn rheolaidd ee dyfeisiau sy’n cael eu dal gan y staff. Gwnewch yn siŵr bod trefniadau digonol ar gyfer gwaredu’r cynnyrch glanhau. |  |
| Tacluswch fannau gwaith a chael gwared â gwastraff ac eiddo o'r ardal waith ar ddiwedd sifft. |  |
| Os ydych yn glanhau ar ôl achos o COVID-19 sy'n hysbys neu sy’n cael ei amau, darllenwch y canllawiau penodol.  |  |
| **Hylendid – golchi dwylo, cyfleusterau glanweithdra a thoiledau** |  |
| Darparwch arwyddion a nodiadau atgoffa rheolaidd i gadw at safonau hylendid. |  |
| Darparwch hylif diheintio dwylo mewn sawl lleoliad yn ogystal ag mewn ystafelloedd ymolchi. |  |
| Gwnewch yn siŵr bod y toiledau’n cael eu cadw’n lân ac y cydymffurfir â chanllawiau cadw pellter corfforol gymaint ag y bo modd. Os nad oes modd cadw pellter o 2m, dylech chi gymryd mesurau lliniaru eraill i leihau’r risg o drosglwyddo’r coronafeirws. Dylid darparu posteri ynghylch yr angen i gadw pellter corfforol oddi wrth bobl eraill. Defnyddiwch fesurau i gyfyngu ar nifer y defnyddwyr ar unrhyw un adeg. Meddyliwch am ddefnyddio marciau clir i bobl gadw pellter corfforol wrth giwio, a rheolwch faint sy’n cael mynediad gan ganiatáu i un ddod mewn pan fydd un yn mynd allan (ar yr un pryd â pheidio â chreu tagfeydd ychwanegol). |  |
| Glanhewch yr ardaloedd prysur a'r pwyntiau sy’n cael eu cyffwrdd yn aml yn well ee canllawiau grisiau. |  |
| Defnyddiwch farciau cadw pellter corfforol ar gyfer ardaloedd cyffredin megis toiledau, cawodydd, loceri ac ystafelloedd newid ac mewn unrhyw ardaloedd eraill lle bydd pobl yn tueddu i giwio. |  |
| Darparwch ragor o gyfleusterau gwastraff a chasglwch sbwriel yn amlach. |  |
| Darparwch gyfleusterau sychu dwylo – naill ai tyweli papur neu beiriannau sychu trydanol. |  |
| **Trin nwyddau, cynnyrch a deunyddiau eraill** |  |
| Anogwch bobl i olchi eu dwylo’n amlach a chynnig mwy o gyfleusterau golchi dwylo i weithwyr/cleientiaid, neu darparwch hylif diheintio dwylo pan nad yw hynny’n ymarferol. |  |
| Sefydlwch bwyntiau gollwng a chasglu lle bo hynny’n bosibl, yn hytrach na phasio nwyddau o law i law. |  |
| **Cyfarpar Diogelu Personol a** [**gorchuddion wyneb**](https://llyw.cymru/gorchuddion-wyneb-cwestiynau-cyffredin?_ga=2.208508306.1256378956.1594736092-1866725702.1589298038) |  |
| Os ydych eisoes yn defnyddio cyfarpar diogelu personol yn eich gwaith i ddiogelu yn erbyn risgiau heb fod yn rhai COVID-19, dylech barhau i wneud hynny. |  |
| Wrth reoli’r risg o COVID-19, nid yw cyfarpar diogelu personol ychwanegol y tu hwnt i’r hyn yr ydych yn ei wisgo fel arfer yn cael ei argymell i weithwyr nad ydynt yn gweithio mewn ardal risg uchel oherwydd mesurau cadw pellter corfforol a hylendid yw’r ffyrdd mwyaf effeithiol o ddiogelu eich hun ac eraill rhag COVID-19.  |  |
| Dylai gweithwyr sy’n darparu gwasanaeth (fel ymarferwyr gwasanaethau cyswllt agos, oherwydd y cyfnod sy’n cael ei dreulio’n gorfforol agos at wyneb, ceg a thrwyn rhywun) wisgo feisor clir sy’n gorchuddio’r wyneb ac sy’n rhwystr rhwng y sawl sy’n ei wisgo a’r cleient rhag defnynnau anadlol a achosir drwy disian, pesychu neu siarad. Rhaid i chi ddarparu’r cyfarpar diogelu personol hwn am ddim i’r gweithwyr hynny y mae ei angen arnynt. Rhaid i’r feisor ffitio’r sawl sy’n ei wisgo a rhaid ei wisgo’n iawn. Dylai orchuddio’r talcen, ymestyn o dan yr ên ac ymestyn o amgylch ochrau’r wyneb.  |  |
| Oni bai eich bod chi mewn sefyllfa lle mae'r risg o drosglwyddo COVID-19 yn uchel iawn, dylai eich asesiad risg adlewyrchu'r ffaith mai cyfyngedig yw rôl cyfarpar diogelu personol o ran darparu diogelwch ychwanegol. |  |
| Oni bai eich bod chi mewn sefyllfa lle mae'r risg o drosglwyddo COVID-19 yn uchel iawn gewch chi benderfynu a ydych chi am wisgo gorchudd wyneb ai peidio, ac nid yw’r gyfraith yn mynnu eich bod yn gwneud hynny, gan gynnwys yn y gweithle.Os byddwch yn dewis gwisgo gorchudd wyneb:* Defnyddiwch y gorchudd wyneb yn iawn a golchi eich dwylo cyn ei roi ymlaen a’i dynnu i ffwrdd.
* Dylech osgoi cyffwrdd eich wyneb neu’ch gorchudd wyneb, gan y gallech ei halogi â germau oddi ar eich dwylo.
* Newidiwch eich gorchudd wyneb os yw’n mynd yn damp neu os ydych chi wedi’i gyffwrdd.
* Daliwch ati i olchi eich dwylo’n rheolaidd.
* Newidiwch a golchi eich gorchudd wyneb bob dydd yn unol â chyfarwyddiadau’r Gwneuthurwr. Os nad oes modd ei olchi, gwaredwch y gorchudd yn ddiogel gyda’ch gwastraff arferol.
* Cadwch bellter corfforol pan fo’n bosibl.
* Cefnogwch eich gweithwyr i ddefnyddio gorchuddion wyneb yn ddiogel os ydynt yn dewis gwisgo un.
 |  |
| **Rheoli'r Gweithlu** |  |
| **Patrymau sifftiau a grwpiau gweithio** |  |
| Trefnwch dimau neu grwpiau sifft felly pan na fydd modd osgoi cyswllt bod hyn yn digwydd rhwng yr un bobl. |  |
| Nodwch adegau lle mae pobl yn gorfod pasio pethau'n uniongyrchol i'w gilydd a chanfod ffyrdd o gael gwared â chyswllt uniongyrchol fel drwy ddefnyddio mannau gollwng neu barthau trosglwyddo. |  |
| **Teithio at ddiben gwaith** |  |
| Cwtogwch ar y teithio nad yw'n hanfodol – meddyliwch am ddewisiadau o bell yn gyntaf. |  |
| Peidiwch â rhannu cerbydau os oes modd. Os nad yw hyn yn bosibl, cwtogwch ar nifer y bobl sy’n teithio gyda’i gilydd mewn unrhyw un cerbyd, defnyddiwch bartneriaid teithio sefydlog ee teithio gyda’r un bobl bob amser, cynyddwch yr awyru pan fo hynny’n bosibl ac osgoi eistedd wyneb yn wyneb. |  |
| Glanhewch gerbydau a rennir rhwng sifftiau neu wrth newid dwylo. |  |
| **Cyfathrebu a hyfforddi** |  |
| **Dychwelyd i weithio** |  |
| Siaradwch â'ch staff i’w helpu i ddeall y ffyrdd newydd o weithio a phwysigrwydd dilyn y canllawiau COVID ar gadw pellter corfforol a mesurau hylendid er mwyn osgoi lledaenu’r feirws. |  |
| Siaradwch â chynrychiolwyr eich staff a’ch gweithwyr i egluro a chytuno ar unrhyw newidiadau i’r trefniadau gwaith. |  |
| Dylech chi wneud yn siŵr bod eich staff yn cael eu hyfforddi ar y gweithdrefnau diogelwch COVID, yn enwedig ynghylch y trefniadau newydd wrth gyrraedd y gwaith.  |  |
| **Arwyddion a dulliau cyfathrebu parhaus** |  |
| Daliwch ati i ymgysylltu â gweithwyr (gan gynnwys undebau llafur neu grwpiau sy'n cynrychioli gweithwyr) i fonitro ac i ddeall unrhyw effeithiau annisgwyl yn sgil newidiadau i amgylcheddau gwaith. |  |
| Byddwch yn ymwybodol o bwysigrwydd iechyd meddwl ar adegau o ansicrwydd, a chanolbwyntio ar hynny.  |  |
| Defnyddiwch negeseuon syml a chlir i esbonio’r canllawiau drwy ddefnyddio lluniau ac iaith glir, gan ystyried grwpiau lle nad yw'r Gymraeg a'r Saesneg yn iaith gyntaf iddynt a gan roi sylw i ganllawiau a Safonau'r Gymraeg. |  |
| Defnyddiwch ddulliau cyfathrebu gweledol, er enghraifft, byrddau gwyn neu bosteri, i esbonio newidiadau i rota’r staff, dadansoddiadau neu brinder deunyddiau i leihau’r angen i gyfathrebu wyneb yn wyneb. |  |
| Ewch ati i gyfleu dulliau gweithredu a gweithdrefnau gweithredol i gyflenwyr, cwsmeriaid neu gyrff masnach i'w helpu i’w mabwysiadu ac i rannu profiadau.  |  |
| **Nwyddau a chynnyrch i mewn ac am allan** |  |
| Diwygiwch fannau casglu codi a gollwng, gweithdrefnau, arwyddion a marciau. |  |
| Cwtogwch ar faint o gyswllt diangen sydd wrth ddrysau diogelwch a mynedfeydd nwyddau. Ee danfon yn ddigyswllt lle mae natur y cynnyrch yn caniatáu defnyddio proses archebu electronig ymlaen llaw. |  |
| Meddyliwch am ddulliau o leihau pa mor aml caiff nwyddau eu danfon, er enghraifft drwy archebu mwy yn llai aml. |  |
| Lle bo'n bosibl ac yn ddiogel, gwnewch yn siŵr mai gweithwyr unigol sy’n llwytho neu'n dadlwytho cerbydau. |  |
| Lle bo'n bosibl, defnyddiwch yr un parau o bobl ar gyfer llwythi lle mae angen mwy nag un. |  |
| Galluogwch yrwyr i gael mynediad at gyfleusterau lles pan fo angen, yn unol â chanllawiau eraill. |  |
| Anogwch y gyrwyr i aros yn eu cerbydau lle nad yw hyn yn peryglu eu diogelwch a’u harferion gweithio diogel sy’n bodoli eisoes.  |  |

Dim ond o fewn y [Rheoliadau Cyfyngiadau Coronafeirws](https://llyw.cymru/coronafeirws) cyfredol y bydd modd ailagor stiwdios tatŵio a thyllu’r corff a hynny gan ystyried yr holl ganllawiau perthnasol yn briodol.

Mae crynodeb isod o’r rheoliadau a’r canllawiau diweddaraf.

**Dolenni Cyflym: Darnau allweddol o ganllawiau Llywodraeth Cymru**

Bydd y canllawiau hyn yn cael eu diweddaru dros amser – i gael y rhai diweddaraf ewch i: [www.llyw.cymru/coronafeirws](https://llyw.cymru/coronafeirws)

|  |  |
| --- | --- |
| 1. | [Llacio’r cyfyngiadau ar ein cymdeithas a’n heconomi](https://llyw.cymru/llacior-cyfyngiadau-ar-ein-cymdeithas-an-heconomi-cyhoeddi-map-ffordd-cymru) |
| 2. | [Arwain Cymru allan o bandemig y coronafeirws: fframwaith ar gyfer adferiad](https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2020-04/arwain-cymru-allan-or-pandemig-coronafeirws.pdf) |
| 3.  | [Canllawiau ar weithio’n ddiogel yn ystod COVID-19](https://llyw.cymru/diogelu-cymru-yn-y-gwaith) |
| 4. | [Rheoliadau coronafeirws: Cwestiynau Cyffredin](https://llyw.cymru/rheoliadau-coronafeirws-canllawiau) |
| 5. | [Coronafeirws a chyfarpar diogelu personol](https://llyw.cymru/coronafeirws-chyfarpar-diogelu-personol-ppe) |
| 6. | [Canllawiau cadw pellter cymdeithasol y coronafeirws](https://llyw.cymru/coronafeirws-cadw-pellter-cymdeithasol) |
| 7.  | [Gorchuddion wyneb: coronafeirws](https://llyw.cymru/gorchuddion-wyneb-cwestiynau-cyffredin?_ga=2.208508306.1256378956.1594736092-1866725702.1589298038)  |
| 8. | [Canllawiau i gyflogwyr a busnesau ar COVID-](https://llyw.cymru/canllawiau-ar-gyfer-y-gweithle-i-gyflogwyr-chyflogeion-covid-19#section-37596)19  |
| 9. | [Hunanynysu: canllawiau aros gartref i aelwydydd â coronafeirws posibl](https://llyw.cymru/hunanynysu-canllawiau-aros-gartref-i-aelwydydd-coronafeirws-posibl-covid-19)   |
| 10. | [Cymryd pob cam rhesymol i gadw pellter corfforol yn y gweithle](https://llyw.cymru/cymryd-pob-cam-rhesymol-i-gynnal-pellter-corfforol-yn-y-gweithle).  |
| 11. | [Cymryd pob cam rhesymol i gadw pellter corfforol yn y gweithle – canllawiau atodol](https://llyw.cymru/cymryd-pob-mesur-rhesymol-i-gynnal-pellter-corfforol-yn-y-gweithle-canllawiau-atodol). |
| 12. | [Teithio’n ddiogel (coronafeirws): canllawiau i’r cyhoedd](https://llyw.cymru/teithion-ddiogel-coronafeirws-canllawiau-ir-cyhoedd)  |
| 13. | [Gwarchod ac amddiffyn pobl a ddiffinnir ar sail feddygol fel rhai eithriadol o agored i niwed yn sgil y coronafeirws](https://llyw.cymru/canllawiau-ar-warchod-ac-amddiffyn-pobl-ddiffinnir-ar-sail-feddygol-fel-rhai-eithriadol-o-agored-0) |
|  |  |
| 14. | [Profi, Olrhain, Diogelu](https://llyw.cymru/profi-olrhain-diogelu) |
| 15. | [Cwestiynau Cyffredin Profi, Olrhain, Diogelu](https://llyw.cymru/olrhain-cysylltiadau-eich-cwestiynau) |