

GWEITHDREFN AR GYFER Y RHAI SY’N GWEITHIO AR EU PEN EU HUNAIN

Cyflwyniad a Nodau

Mae’r weithdrefn hon yn amlinellu’r broses gyffredinol i weithwyr sy’n gweithio ar eu pen eu hunain, sy’n cwmpasu pob Cyfarwyddiaeth ac sy’n berthnasol i bob aelod o staff Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Y diben yw diogelu staff i’r graddau y bo’n rhesymol ymarferol rhag y risgiau yn sgil gweithio ar eu pen eu hunain, a diogelu llesiant staff rhag ymosodiadau troseddol, camdriniaeth neu salwch annisgwyl pan fyddant yn gweithio ar eu pen eu hunain. Mae’r Ymddiriedolaeth yn cyflawni ei goblygiadau cyfreithiol o dan Ddeddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith etc., 1974 a Rheoliadau Rheoli Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith 1999, ac mae’n amlinellu cyfrifoldebau'r Prif Weithredwr a chyfrifoldeb dirprwyedig fel y’u hamlinellir yn y Polisi Iechyd a Diogelwch.

Polisïau, Gweithdrefnau a Dogfennau Rheoli Ysgrifenedig

[Mae’r holl bolisïau a gweithdrefnau corfforaethol ar gael ar wefan Iechyd Cyhoeddus Cymru](#)

- Polisi Iechyd a Diogelwch
- Gweithdrefn Trais ac Ymddygiad Ymosodol
- Polisi Rheoli Digwyddiadau
- Gweithdrefn Asesu Risg
- Pasbort Hyfforddi a Chynllun Gwybodaeth Cymru Gyfan ar Drais ac Ymddygiad

Cwmpas

Pob person a gyflogir neu a ddefnyddir gan Iechyd Cyhoeddus Cymru, gan gynnwys gweithwyr rhan-amser, gweithwyr dros dro a gweithwyr asiantaeth, y rhai â contractau anrhydeddus a’r rhai a ddefnyddir gan Gydweithrediad Iechyd GIG Cymru a’r Uned Cyflenwi Cyllid, sy’n profi neu’n goruchwyllo pobl sy’n gweithio ar eu pen eu hunain fel rhan o’u rôl.

Asesiad o'r Effaith ar Gydraddoldeb ac Iechyd	Cwblhawyd Asesiad o'r Effaith ar Gydraddoldeb, yr Iaith Gymraeg ac Iechyd a gallwch ei weld ar y tudalennau gwe polisi.
Cymeradwywyd gan	Grŵp Iechyd a Diogelwch
Dyddiad Cymeradwyo	13 Hydref 2023
Dyddiad Adolygu	13 Hydref 2026
Dyddiad Cyhoeddi:	22 Chwefror 2024
Cyfarwyddwr Gweithredol/ Cyfarwyddwr Atebol	Huw George, Dirprwy Brif Weithredwr/ Cyfarwyddwr Gweithredol Gweithrediadau a Chyllid
Awdur	Chris Orr, Pennaeth Ystadau ac Iechyd a Diogelwch / Scott Thomas, Cyngorydd Iechyd a Diogelwch

Ymwadiad

Os bydd dyddiad adolygu'r ddogfen hon wedi mynd heibio, gwnewch yn siŵr eich bod yn defnyddio'r fersiwn ddiweddaraf drwy gysylltu ag awdur y ddogfen neu'r [Uned Fusnes y Bwrdd](#).

Crynodeb o'r adolygiadau/diwygiadau

Rhif y Fersiwn	Dyddiad Adolygu	Dyddiad Cymeradwyo	Dyddiad Cyhoeddi	Crynodeb o'r Diwygiadau
V3	2023	13/10/23	22/02/24	
V2	2018	09/04/18	16/04/18	
V1	2019	11/2005	11/2005	

Tudalen Gynnwys

<u>1</u>	<u>CYFLWYNIAD</u>	5	
<u>2</u>	<u>CWMPAS</u>	5	
<u>3</u>	<u>MENTRAU DEDDFWRIAETHOL A CHENEDLAETHOL</u>		6
<u>4</u>	<u>DIFFINIADAU</u>	6	
<u>5</u>	<u>ROLAU A CHYFRIFOLDEBAU</u>	7	
5.1	<u>Y Prif Weithredwr</u>	7	
5.2	<u>Y Dirprwy Brif Weithredwr / Cyfarwyddwr Gweithredol</u>		
	<u>Gweithrediadau a Chyllid</u>	7	
5.3	<u>Cyfarwyddwyr Gweithredol ac Aelodau'r Tîm Gweithredol /</u>		
	<u>Cyfarwyddwr Cydweithrediad GIG Cymru</u>	7	
5.4	<u>Rheolwyr/Goruchwylwyr</u>	7	
5.5	<u>Staff</u>	8	
5.6	<u>Y Rhai sy'n Gweithio ar eu Pen eu Hunain</u>	9	
<u>6</u>	<u>YMGYMERIADAU'R RHAI SY'N GWEITHIO AR EU PEN EU</u>		
	<u>HUNAIN</u>	9	
<u>7</u>	<u>SYMUDIADAU'R RHAI SY'N GWEITHIO AR EU PEN EU</u>		
	<u>HUNAIN (LLEOLIAD)</u>	10	
<u>8</u>	<u>SYSTEM GYFEILLIO</u>	11	
8.1	<u>Geiriau / Ymadroddion Cod</u>	11	
<u>9</u>	<u>PROSES UWCHGYFEIRIO</u>	12	
<u>10</u>	<u>RHEOLI'R RISG I'R RHAI SY'N GWEITHIO AR EU PEN EU</u>		
	<u>HUNAIN</u>	12	
<u>11</u>	<u>ASESU RISG</u>	13	
11.1	<u>Allwedd i Reoli Risg</u>	13	
11.2	<u>Nodi'r risg i'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain</u>		13
<u>12</u>	<u>ASESIAD RISG DEINAMIG</u>	14	
12.1	<u>Mae'r asesiad risg deinamig yn golygu bod staff</u>		14
12.2	<u>Adnabod yr arwyddion rhybudd</u>	15	
<u>13</u>	<u>DELIO AG ANIFEILIAID</u>	15	
<u>14</u>	<u>CERBYDAU'R RHAI SY'N GWEITHIO AR EU PEN EU HUNAIN</u>		
	15		
<u>15</u>	<u>Y RHAI SY'N CERDDED TRA'N GWEITHIO AR EU PEN EU</u>		
	<u>HUNAIN</u>	17	
<u>16</u>	<u>ADRODD AR DDIGWYDDIADAU</u>	17	
<u>17</u>	<u>SYSTEMAU AR GYFER Y RHAI SY'N GWEITHIO AR EU PEN</u>		
	<u>EU HUNAIN</u>	18	
<u>18</u>	<u>HYFFORDDIANT</u>	19	
<u>19</u>	<u>MONITRO AC ARCHWILIO</u>	19	
<u>20</u>	<u>DIFFYG CYDYMFFURFIAETH</u>	20	
<u>21</u>	<u>DATGANIAD LLYWODRAETHU GWYBODAETH</u>		20
<u>22</u>	<u>ATODIAD A - NODIADAU CANLLAW</u>	22	

[22.1.1 Asesiadau risg ar gyfer y Rhai sy'n Gweithio ar eu Pen eu Hunain](#) 22

23 ATODIAD B - NODIADAU AR GYFER CYNNAL ASESIADAU RISG 29

[23.1.1 Asesiad Risg Deinamig](#) 30

24 ATODIAD C - FFURFLEN ASESU RISG 32

25 ATODIAD CH - Y BROSES UWCHGYFEIRIO AR GYFER RHYWUN SY'N GWEITHIO AR EI BEN EI HUN SYDD AR GOLL 45

1 Cyflwyniad

Mae gan Iechyd Cyhoeddus Cymru ddyletswydd gofal i'w staff sy'n gweithio ar eu pen eu hunain, yn y gymuned ac yn ei eiddo. Nid yw sefyllfa lle mae gweithwyr yn gweithio ar eu pen eu hunain yn erbyn y gyfraith ynddo'i hun ac yn aml bydd yn ddiogel i wneud hynny. Fodd bynnag, mae'r gyfraith yn ei gwneud yn ofynnol i gyflogwyr ystyried yn ofalus, ac yna delio gydag unrhyw risgiau iechyd a diogelwch i bobl sy'n gweithio ar eu pen eu hunain.

Nid oes unrhyw waharddiad cyfreithiol cyffredinol ar weithwyr yn gweithio ar eu pen eu hunain, ac mae dyletswyddau cyffredinol Deddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith etc., 1974 a Rheoliadau Rheoli Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith 1999 yn berthnasol. Mae'r rhain yn gofyn am nodi'r peryglon, asesu'r risgiau, a rhoi mesurau ar waith i osgoi neu reoli'r risgiau a nodwyd. Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru wedi ymrwymo i sicrhau bod y ddyletswydd hon yn cael ei chyflawni, drwy roi digon o wybodaeth, cyfarwyddyd a hyfforddiant i'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain i'w gwneud yn gymwys i ymdrin â pheryglon a allai fod yn bresennol yn y gweithle.

Mae'r weithdrefn hon yn cwmpasu holl gyflogeion Iechyd Cyhoeddus Cymru, ei gontractwyr a phobl hunangyflogedig sydd â chyfrifoldeb i gymryd gofal rhesymol dros eu hiechyd a'u diogelwch nhw eu hunain a phobl eraill y gallai eu gweithgareddau effeithio arnynt ac i gydweithio gyda'r cyflogwr i fodloni eu rhwymedigaethau cyfreithiol.

Yn y sefydliad ei hun mae gan reolwyr gyfrifoldeb dirprwyedig i sicrhau bod staff cymwys yn cwblhau asesiad risg rhagweithiol o weithgareddau yn eu maes/cylch gwaith ar gyfer y rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain. Dylai rheolwyr annog staff i gymryd rhan yn y broses asesu risg a sicrhau bod materion iechyd a diogelwch a allai effeithio ar y rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain yn cael eu nodi a'u trafod a'u cynnwys ar y ffurflen asesu risg.

Dylid darllen y weithdrefn hon ochr yn ochr â Pholisi Iechyd a Diogelwch a Gweithdrefn Rheoli Trais ac Ymddygiad Ymosodol a Pholisi Adrodd ar Ddigwyddiadau yr Ymddiriedolaeth.

2 Cwmpas

Pob person a gyflogir neu a ddefnyddir gan Iechyd Cyhoeddus Cymru, gan gynnwys, gweithwyr rhan-amser, gweithwyr dros dro a gweithwyr asiantaeth, y rhai â chontractau anrhydeddus a'r rhai ddefnyddir gan Gydweithrediad Iechyd GIG Cymru a'r Uned Cyflenwi Cyllid.

3 Mentrau deddfwriaethol a chenedlaethol

- Deddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith etc., 1974
- Rheoliadau Rheoli Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith 1999
- Pasbort Hyfforddi a Chynllun Gwybodaeth Cymru Gyfan ar Drais ac Ymddygiad
- Rheoliadau Adrodd ar Anafiadau, Clefydau neu Ddigwyddiadau Peryglus 2013
- Rheoliadau'r Gweithle (Iechyd, Diogelwch a Lles) 1992
- HSE Gweithio ar eich pen eich hun INDG73 (adolygiad 4) cyhoeddwyd 03/20 (Saesneg yn unig)

4 Diffiniadau

Gellir diffinio Gweithiwr sy'n Gweithio ar eu Pen eu Hunain fel unrhyw aelod o staff sy'n cyflawni eu gweithgarwch gwaith ar eu pen eu hunain heb oruchwyliaeth agos neu uniongyrchol a'r tu hwnt i gyswllt gweledol / lleisiol gydag aelodau eraill o staff a fyddai ar gael i gynorthwyo mewn argyfwng.

Mae hyn yn cynnwys staff sy'n:

- gweithio mewn lleoliad sefydlog
- gweithio gartref
- sy'n symudol ac sy'n symud o un lleoliad i un arall
- gweithio gyda chleifion yn y gymuned
- gweithio ar alwad neu y tu allan i oriau arferol.

Mae gweithgareddau ble mae rhywun yn gweithio ar ei ben ei hun yn cael eu cyflawni mewn amgylcheddau swyddfa, labordy, ysbyty, yn y cartref ac yn y gymuned gan ystod eang o staff gan gynnwys, therapyddion galwedigaethol, diogelu iechyd, derbynyddion, gyrrwyr, glanhawyr, y rhai sy'n sgrinio clyw babanod. Nid yw'r rhestr hon yn gynhwysfawr). Rhoddir esboniad o unrhyw dermau allweddol a ddefnyddir yn y polisi hwn.

Diffiniad yr Awdurdod Gweithredol Iechyd a Diogelwch yw "y rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain heb oruchwyliaeth fanwl neu uniongyrchol" mewn lleoliad sefydlog neu weithwyr symudol. Working alone: Health and safety guidance on the risks of lone working – <http://www.hse.gov.uk/pubns/indg73.pdf>

5 Rolau a chyfrifoldebau

5.1 Y Prif Weithredwr

Y Prif Weithredwr sy'n bennaf cyfrifol am reoli'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain ac am sicrhau bod Gweithdrefn ar gyfer y Rhai sy'n Gweithio ar eu Pen eu Hunain yr Ymddiriedolaeth yn cael ei rhoi ar waith.

5.2 Y Dirprwy Brif Weithredwr / Cyfarwyddwr Gweithredol Gweithrediadau a Chyllid

Y Dirprwy Brif Weithredwr / Cyfarwyddwr Gweithredol Gweithrediadau a Chyllid yw'r Arweinydd Gweithredol ar gyfer Iechyd a Diogelwch a nhw sy'n gyfrifol am sicrhau bod y weithdrefn yn cael ei hyrwyddo a'i chyfleu ar draws yr Ymddiriedolaeth gyfan.

5.3 Cyfarwyddwyr Gweithredol ac Aelodau'r Tîm Gweithredol / Cyfarwyddwr Cydweithrediad GIG Cymru

Byddant yn cefnogi'r Dirprwy Brif Weithredwr / Cyfarwyddwr Gweithredol Gweithrediadau a Chyllid i sicrhau bod System Rheoli Risg effeithiol ar waith yn eu Cyfarwyddiaethau/Is-adrannau a Thimau. Maent hefyd yn gyfrifol am sicrhau bod asesiadau risg yn cael eu cwblhau yn unol â Pholisi'r Ymddiriedolaeth, bod gweithdrefnau lleol yn cael eu cyflwyno a systemau gwaith diogel yn cael eu mabwysiadu. Dylid nodi rheolaethau risg sy'n gymesur â'r risg.

5.4 Rheolwyr/Goruchwylwyr

Mae gan y rheolwr llinell/goruchwylwr gyfrifoldeb penodol dros nodi a chofnodi pob aelod o staff sy'n gweithio ar ei ben ei hun sydd o dan eu rheolaeth. Mae'n rhaid adolygu a diweddarau'r cofnod lleol o weithwyr sy'n gweithio ar eu pen eu hunain, a hynny'n rheolaidd. Y rheolwr llinell sy'n gyfrifol am sicrhau bod y weithdrefn ar gyfer y rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain yn cael ei gweithredu a'i rhannu gyda'r staff sy'n gweithio ar eu pen eu hunain y maent yn gyfrifol amdanynt. Mae'n rhaid iddynt sicrhau y cynhelir asesiad risg digonol mewn ymgynghoriad â phobl briodol (e.e., y rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain,

arweinydd diogelwch a rheolwr iechyd a diogelwch), gan sicrhau felly bod yr holl risgiau sy'n gysylltiedig â gweithio ar eu pen eu hunain yn cael eu nodi ac y cyflwynir mesurau rheoli priodol i'w lleihau, eu rheoli neu eu diddymu.

Rheolwyr a Goruchwylwyr sy'n gyfrifol am sicrhau y cynhelir asesiad risg rhagweithiol o unrhyw dasgau neu weithgareddau y mae'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain yn ymgymryd â nhw. Dylai'r asesiad risg nodi peryglon y mae'r gweithle ei hun yn eu cyflwyno, neu sy'n deillio o'r gweithgarwch sy'n cael ei gwblhau wrth weithio ar eu pen eu hunain e.e., codi a chario, gweithio ar uchder etc. Dylai rheolwyr/goruchwylwyr ystyried addasrwydd meddygol unigolion hefyd i weithio ar eu pen eu hunain a phan fo'n briodol, cyfeirio staff gyda chyflyrau meddygol at yr adran Iechyd Galwedigaethol am gyngor.

Bydd y mesurau rheoli hyn yn cynnwys sicrhau bod y rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain yn cael gwybodaeth, hyfforddiant, cyfarwyddiadau a chynghor digonol. Rhaid i'r rheolwr llinell sicrhau hefyd bod unrhyw fesurau ffisegol yn cael eu rhoi ar waith, bod technoleg briodol ar gael a, phan fydd bygythiad i ddiogelwch y rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain, y gellir gwneud trefniadau amgen. Rhaid i'r rheolwr llinell gynnal adolygiad cyfnodol i sicrhau bod yr holl fesurau yn effeithiol a'u bod yn parhau i ddiwallu gofynion y rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain.

Os bydd digwyddiad yn codi mewn perthynas â rhywun sy'n gweithio ar ei ben ei hun, mae'n rhaid i'r rheolwr sicrhau bod y cyflogai dan sylw yn cwblhau adroddiad digwyddiad (Datix), yn cynnal ymchwiliad i'r digwyddiad ac yn adolygu mesurau rheoli presennol. Os bydd digwyddiad, h.y., os bydd aelod o staff yn mynd ar goll; dylai'r rheolwr gysylltu â'r heddlu ac arweinydd diogelwch yr ymddiriedolaeth.

5.5 Staff

Mae pob aelod o staff yn gyfrifol am gymryd gofal rhesymol o'u hiechyd a'u diogelwch eu hunain, ac am sicrhau na fydd pobl eraill yn cael eu niweidio neu eu hanafu gan eu gweithgareddau. Rhaid i staff gydweithredu gyda'r cyflogwr, drwy roi gwybod am gyflyrau iechyd neu gyflyrau meddygol a allai eu gwneud yn fwy agored i niwed wrth weithio ar eu pen eu hunain. Hefyd trafod materion sy'n gysylltiedig â diogelwch a chymryd rhan mewn asesiad risg pan ofynnir iddynt wneud hynny.

Y meysydd allweddol i'r staff yw:

- sicrhau eich bod yn cyflawni eich dyletswyddau mewn ffordd ddiogel

- dilyn polisïau, gweithdrefnau lleol a systemau gwaith diogel yr ymddiriedolaeth
- cymryd camau rhesymol i ddiogelu eich hun pan fyddwch yn gweithio ar eich pen eich hun
- peidio cymryd risgiau diangen
- trafod cyflyrau iechyd neu feddygol gyda'ch rheolwr
- sicrhau bod rhywun yn ymwybodol o'ch lleoliad

5.6 Y Rhai sy'n Gweithio ar eu Pen eu Hunain

Mae gan aelodau o staff gyfrifoldeb i gymryd gofal rhesymol o'u hunain ac i gydweithredu gyda'r Ymddiriedolaeth o dan ddeddfwriaeth iechyd a diogelwch. Mae hyn yn cynnwys gwneud defnydd llawn o asesiadau risg, gwybodaeth cleient/claf, gweithdrefnau gweithredu safonol lleol, hyfforddiant priodol a hyfforddiant ar y defnydd o unrhyw dechnoleg a gyhoeddwyd a chynghor gan eu rheolwr llinell ynglŷn â gweithio ar eu pen eu hunain.

Dylai staff gynllunio'n briodol ac asesu risg cyn dechrau gweithio ar eu pen eu hunain, cynnal asesiad risg deinamig parhaus o'r sefyllfa y maent ynddi, bod yn ymwybodol o unrhyw amgylchiadau sy'n newid a chymryd camau gweithredu angenrheidiol i leihau'r posibilrwydd o ddigwyddiad.

Ni ddylai cyflogai roi ei hun mewn perygl o dan unrhyw amgylchiadau. Os bydd sefyllfa'n codi nad ydynt yn gyfarwydd â hi neu lle maent yn teimlo'n anniogel, dylent ymneilltuo i fan diogel dynodedig a cheisio cyngor a chymorth pellach.

Os bydd digwyddiad, hyd yn oed os yw'n cael ei ystyried yn ddigwyddiad bach, mae'n rhaid i'r aelod o staff gwblhau ffurflen digwyddiad er mwyn i'r rheolwr llinell allu cwblhau ymchwiliad ac adolygu asesiad risg y gweithiwr sy'n gweithio ar ei ben ei hun.

6 Ymgymeriadau'r Rhai sy'n Gweithio ar eu Pen eu Hunain

Dylai cyfarwyddiadau'r rheolwyr i staff ddatgan yn glir na ddylent roi eu hunain mewn sefyllfa ble y maent yn teimlo y gallai eu diogelwch hwy neu ddiogelwch eu cydweithwyr/eraill gael ei gyfaddawdu. Ni ddylid cosbi staff am beidio â chyflawni eu dyletswyddau os ydynt yn credu y gallai eu diogelwch personol fod mewn perygl. Fodd bynnag, mae angen cydbwysu hyn yn erbyn darparu safon dda o ofal i'r cleient/claf neu

ymgymeriadau'r Ymddiriedolaeth. Pan fydd risgiau canfyddedig neu wirioneddol, dylid gwneud darpariaeth amgen, er enghraifft trefnu apwyntiadau mewn eiddo diogel neu drefnu ymweliadau gyda chwmni.

7 Symudiadau'r Rhai sy'n Gweithio ar eu Pen eu Hunain (Lleoliad)

Dylai'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain sicrhau bob amser bod rhywun arall, rheolwr neu gydweithiwr priodol, yn ymwybodol o'u lleoliadau gwaith a'u trefniadau teithio. Mae hyn yn golygu darparu'r cyfeiriad lle y byddant yn gweithio, manylion y bobl y byddant yn gweithio gyda nhw neu'n ymweld â nhw, rhifau ffôn ac amseroedd cyrraedd a gadael disgwylidig. Dylid gadael manylion cerbydau a ddefnyddir gan y rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain gyda rheolwr neu gydweithiwr hefyd, er enghraifft, rhif cofrestru, gwneuthuriad, model a lliw y cerbyd.

Dylai fod trefniadau ar waith i sicrhau, os bydd y cydweithiwr y gadwyd y manylion gydag ef yn gadael y gwaith yn gynnar, ei fod yn trosglwyddo'r manylion i gydweithiwr arall. Os bydd manylion wedi'u gadael ar fwrdd gwyn ni ddylid eu dileu nes y gellir cadarnhau bod y sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun wedi dychwelyd yn ddiogel neu wedi cwblhau eu dyletswyddau y diwrnod hwnnw. Dylai gweithdrefnau fod ar waith hefyd i sicrhau bod y sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun mewn cysylltiad rheolaidd â'i reolwr neu gydweithiwr perthnasol, yn arbennig os bydd yn hwyr neu'n gorfod canslo apwyntiad.

Pan fydd pryder gwirioneddol oherwydd nad yw gweithiwr sy'n gweithio ar ei ben ei hun wedi mynychu apwyntiad neu gyfarfod o fewn amser y cytunwyd arno, neu nad yw wedi cysylltu fel y cytunwyd, dylai'r rheolwr wneud ymholiadau i weld a yw wedi mynychu apwyntiadau blaenorol y diwrnod hwnnw. Yn dibynnu ar yr amgylchiadau ac a ellir cysylltu drwy'r dulliau arferol, ffôn symudol, galwr etc., dylai'r rheolwr neu gydweithiwr gysylltu â'r heddlu.

Os credir y gallai'r sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun fod mewn perygl, mae'n bwysig gweithredu'n gyflym, ar ôl ystyried y ffeithiau sydd ar gael. Os bydd angen cynnwys yr heddlu, dylid rhoi mynediad llawn iddynt i'r wybodaeth a gedwir ac i bersonél a allai ddal y wybodaeth honno, pe gallai'r wybodaeth honno helpu i olrhain y sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun a darparu asesiad llawnach o unrhyw risgiau y gallai fod yn eu hwynebu.

Gweler Atodiad A am wybodaeth ac arweiniad pellach a manylion am senarios penodol lle y gallai rhywun fod yn gweithio ar ei ên ei hun a meysydd i'w hystyried.

8 System Gyfeillio

Mae'n hollbwysig bod y rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain yn cadw mewn cysylltiad â'u cydweithwyr ac yn sicrhau bod cydweithiwr arall yn ymwybodol o'u symudiadau. Gall cyflwyno gweithdrefnau rheoli fel system 'cyfeillio' wneud hyn. Er mwyn gweithredu system cyfeillio, mae'n rhaid i'r sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun enwebu cydweithiwr fel cyfaill. Y person hwn yw ei gyswllt enwebedig ar gyfer y cyfnod y bydd yn gweithio ar ei ben ei hun.

Bydd y 'cyfaill' enwebedig:

- yn llwyr ymwybodol o leoliadau gwaith a threfniadau teithio'r sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun
- yn meddu ar yr holl fanylion cyswllt angenrheidiol ar gyfer y sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun, gan gynnwys ei berthynas agosaf
- yn meddu ar fanylion seibiannau neu gyfnodau gorffwys hysbys y sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun
- yn ceisio cysylltu â'r sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun os na fydd yn cysylltu â'r cyfaill fel y trefnwyd
- yn dilyn y gweithdrefnau uwchgyfeirio lleol y cytunwyd arnynt ar gyfer hysbysu uwch reolwr a/neu'r heddlu os nad oes modd cysylltu â'r sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun o fewn amserlenni rhesymol y cytunwyd arnynt.

Mae'r canlynol yn hollbwysig ar gyfer gweithredu'r system gyfeillio yn effeithiol:

- mae'n rhaid i'r cyfaill fod yn ymwybodol ei fod wedi'i enwebu a gwybod beth yw'r gweithdrefnau a'r gofynion ar gyfer y rôl hon
- dylai trefniadau wrth gefn fod ar waith i rywun arall ymgymryd â'r rôl cyfaill rhag ofn na fydd y sawl a enwebwyd ar gael, er enghraifft os yw'r sefyllfa ble mae rhywun yn gweithio ar ei ben ei hun yn ymestyn y tu hwnt i ddiwrnod neu shifft gwaith arferol y sawl a enwebwyd yn gyfaill, os bydd y shifft yn amrywio (os yw'n berthnasol), neu os yw'r person a enwebwyd ar wyliau blynyddol neu'n sâl.

8.1 Geiriau / Ymadroddion Cod

Gellir defnyddio geiriau neu ymadroddion cod i alw am gymorth, er enghraifft os bydd y sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun yn galw ei 'gyfaill' ac yn gofyn...."Wnes i adael ffeil goch ar fy nesg?" gallai hyn fod yn arwydd bod angen ysgogi ymateb brys. (Dim ond enghraifft yw hyn).

Mae'n bwysig cofio y gallai geiriau ac ymadroddion cod a ddefnyddir yn aml neu sydd wedi cael llawer o gyhoeddusrwydd fod yn hysbys i'r cleientiaid hefyd.

9 Proses Uwchgyfeirio

Mae'n bwysig bod gweithdrefnau gweithredu safonol lleol yn cynnwys proses uwchgyfeirio, sy'n amlinellu pwy y dylid ei hysbysu os na ellir cysylltu â'r sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun neu os na fydd yn cysylltu â'r 'cyfaill' neu reolwr perthnasol o fewn amserlenni rhesymol neu amserlenni y cytunwyd arnynt. Dylai'r broses uwchgyfeirio gynnwys asesiad risg a nodi pwyntiau cyswllt ar gamau priodol, gan gynnwys rheolwr llinell, uwch reolwr ac, yn y pen draw, yr heddlu. Dylai unrhyw unigolyn sy'n cael ei enwebu fel pwynt uwchgyfeirio fod yn gwbl ymwychbodol o'i rôl a'i gyfrifoldebau.

Mae siart llif sy'n darparu manylion pellach am y broses hon wedi'i gynnwys yn Atodiad Ch.

10 Rheoli'r Risg i'r Rhai sy'n Gweithio ar eu Pen eu Hunain

Mae'n ofynnol i Iechyd Cyhoeddus Cymru gyflwyno mesurau i reoli a lliniaru risgiau i'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain. Dylai'r mesurau fod yn gymesur â lefel y risg. Dylai'r mesurau fod yn gyraeddadwy, yn gymesur â'r risg a nodwyd, ac yn realistig. Mae angen cynnwys unrhyw gostau cysylltiedig nid yn unig yn nhermau adnoddau a phrynu cyfarpar ond hefyd staffio, hyfforddiant ac arbenigedd. Gallai mesurau gynnwys cael gwared ar wendidau systemig sydd wedi galluogi i'r digwyddiadau hyn ddigwydd. Gallai mesurau gynnwys cael gwared ar wendidau systemig sydd wedi caniatáu i'r digwyddiadau hyn ddigwydd, nodi anghenion hyfforddi pellach ar gyfer y staff mewn perthynas ag atal a rheoli trais, neu hyfforddiant arall fel nodi a gweithredu unrhyw dechnoleg berthnasol yn gywir.

11 Asesu Risg

Mae nodi risgiau yn dibynnu ar ddefnyddio'r holl wybodaeth sydd ar gael mewn cysylltiad â sefyllfaoedd ble mae pobl yn gweithio ar eu pen eu hunain, er mwyn gwneud yn siŵr y gellir lleihau'r risg o ddigwyddiadau yn y dyfodol. Mae hyn yn cynnwys profiad gweithredol neu ddigwyddiadau blaenorol ac mae'n cynnwys adborth gan staff a rhanddeiliaid. Felly, mae'n hollbwysig bod y staff yn cael eu hannog i adrodd ar bob digwyddiad, er mwyn gallu cynnal asesiad risg, cymryd camau gweithredu priodol a rhoi mesurau rheoli ar waith.

Mae gwybodaeth bellach a chanllawiau ar asesu risg a'r broses, gan gynnwys y templed asesu risg ar gael yn yr atodiadau.

11.1 Allwedd i Reoli Risg

Mae deall sut a pham mae digwyddiadau'n codi mewn sefyllfaoedd ble mae pobl yn gweithio ar eu pen eu hunain a dysgu o'r ddealltwriaeth honno yn allweddol er mwyn gwneud gwelliannau i reolaethau a systemau er mwyn lleihau'r risg i'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain. I gyflawni hyn, dylid ystyried a chofnodi'r ffactorau canlynol; math o risg o ddigwyddiad (e.e. ymosodiad corfforol/dwyn eiddo neu gyfarpar), amllder/tebygolrwydd y bydd y digwyddiad yn codi eto a chael effaith ar unigolion, adnoddau, a'r broses o ddarparu gofal/neu wasanaeth, difrifoldeb y digwyddiad: y costau i sefydliad y GIG mewn termau dynol ac ariannol, hyder bod y mesurau rheoli angenrheidiol ar waith neu fod gwelliannau'n cael eu gwneud, lefel y pryder a'r risg sydd wedi'i graddio, pa gamau lliniaru pellach sydd eu hangen i sicrhau bod gwelliannau'n cael eu gwneud a risgiau'n cael eu lleihau..

11.2 Nodi'r risg i'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain

Dylid cynnal y broses o adnabod risgiau er mwyn nodi'r risgiau i'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain ac unrhyw bobl eraill y gallai eu gwaith effeithio arnynt. Mae angen y wybodaeth hon i wneud penderfyniadau ar sut i reoli'r risgiau hynny a sicrhau bod y camau a gymerir yn gymesur. Gallai ffactorau risg gynnwys:

- grwpiau cymunedol i'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain
- amodau gweithio – amodau annormal a pheryglus, er enghraifft gweithle ynysig, goleuadau gwael etc.
- risg i'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain ac sydd â meddyginiaeth yn eu meddiant, yn arbennig cyffuriau a reolir
- staff sy'n rhoi gwybodaeth ddigroeso neu newyddion drwg

- risg uwch o drais gan ddefnyddwyr gwasanaeth/cleientiaid/cleifion o ganlyniad i gamddefnyddio alcohol neu gyffuriau, camddefnyddio cyffuriau neu ddiffyg cydymffurfiaeth mewn cysylltiad â'u cyflwr clinigol neu eu hymateb i driniaeth, a'r risg o drais gan eu gofalwyr, perthnasau neu ymwelwyr
- y rhai sy'n gwisgo dillad gwaith, sy'n teithio rhwng amgylcheddau neu leoliadau penodol ac ymweld â'r un gyrchfan dros nifer o achlysuron, yn enwedig ar yr un amser
- y rhai sy'n cario cyfarpar sy'n eu gwneud yn darged ar gyfer dwyn neu sy'n eu gwneud yn llai tebygol o allu amddiffyn eu hunain
- gwerthuso gallu rhywun i weithio ar ei ben ei hun - er enghraifft, diffyg profiad.

12 Asesiad Risg Deinamig

Yn ystod ymweliad cymunedol gan rywun sy'n gweithio ar ei ben ei hun, mae asesiad risg deinamig yn canolbwyntio ar leihau nifer yr achosion o broblem na fyddai o reidrwydd wedi'i rhagweld. Gwneir hyn drwy leihau ffactorau risg hysbys neu rai a amheuir a thrwy ymyrraeth gynnar (pan gredir bod trais ar fin digwydd, tra bydd yn digwydd neu yn syth ar ôl digwyddiad). Gellir diffinio asesiad risg deinamig fel proses barhaus neu nodi peryglon a'r risg y byddant yn achosi niwed a chymryd camau i'w dileu neu eu lleihau mewn amgylchiadau sy'n newid yn gyflym.

12.1 Mae'r asesiad risg deinamig yn golygu bod staff

- yn effro i arwyddion rhybudd yr ymdrinnir â nhw mewn hyfforddiant priodol
- yn cynnal 'asesiad risg 10 eiliad'; os bydd staff yn teimlo bod risg o niwed iddyn nhw eu hunain, dylent adael ar unwaith
- yn gosod eu hunain mewn lleoliad a fydd yn eu galluogi i ddianc yn rhwydd, h.y., pan fo'n bosibl, bod yn agos at allanfa
- yn ymwybodol o bob mynedfa ac allanfa
- yn ymwybodol o safle eitemau, gan gynnwys yr eitemau'r sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun (sisyrnau, sgarpelau etc.), y gellid eu defnyddio fel arf
- yn llunio barn ar y camau gweithredu gorau posibl, er enghraifft, a ddylid parhau i weithio neu dynnu'n ôl
- yn defnyddio mesurau diogelwch corfforol priodol (e.e., ffôn symudol, neu ddyfeisiau priodol eraill er mwyn seinio rhybudd)
- yn sicrhau pan fyddant yn mynd i mewn i ardal neu ystafell gyfyng, eu bod yn gallu gweithredu mecanwaith cloi/rhyddhau'r drws rhag ofn y bydd angen iddynt adael mewn argyfwng

- yn osgoi cerdded o flaen defnyddiwr gwasanaeth/claf/cleient, a pheidio gosod eu hunain mewn cornel neu mewn sefyllfa lle gallai fod yn anodd iddynt ddianc
- yn peidio â chynhyrfu a chanolbwyntio yn ystod digwyddiad er mwyn gallu llunio barn resymegol
- yn ymwybodol o iaith eu corff (yn ogystal ag iaith corff y defnyddiwr gwasanaeth/claf/cleient), oherwydd mae risg y bydd y sefyllfa'n gwaethygu

12.2 Adnabod yr arwyddion rhybudd

Dylai'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain allu adnabod y risgiau sy'n gysylltiedig â'r rhai sydd o dan ddylanwad alcohol/cyffuriau neu sy'n ddryslyd, neu pan allai anifeiliaid fod yn bresennol. Bydd bod yn ymwybodol o'r arwyddion rhybudd hyn yn galluogi'r sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun i ystyried yr holl ffeithiau er mwyn cynnal asesiad risg deinamig ac felly, llunio barn ar y ffordd orau o weithredu (er enghraifft, i barhau â'u gwaith neu i dynnu'n ôl). Ni ddylai'r sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun neu'r defnyddiwr gwasanaeth/claf/cleient mewn perygl ar unrhyw adeg.

13 Delio ag Anifeiliaid

Os bydd problem hysbys gydag anifeiliaid mewn cyfeiriad neu leoliad penodol, dylid cysylltu â'r deiliaid a gofyn yn gwrtais iddynt symud neu ddiogelu'r anifail cyn i staff ICC gyrraedd. Os na fydd hyn yn bosibl, dylid gwneud trefniadau amgen i gynnal yr ymweliad.

Hyd yn oed os nad oes unrhyw broblemau hysbys gydag anifeiliaid, dylid parhau i wneud cais iddynt gael eu diogelu, er mwyn lleihau'r posibilrwydd o adwaith gan yr anifail. Hefyd, gallai presenoldeb yr anifail fod yn aflonyddgar, felly gallai fod yn ddoeth gofyn iddo gael ei symud neu ei roi mewn ystafell arall.

Os bydd y sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun yn wynebu anifail ymosodol yn ystod ymweliad â chlaf, ni ddylai roi ei hun mewn perygl. Os bydd angen, dylai roi'r gorau i'r ymweliad a rhoi gwybod am y digwyddiad. Yna dylid rhannu'r wybodaeth hon ag aelodau eraill o staff perthnasol ICC er mwyn lleihau'r risg o ddigwyddiad arall.

14 Cerbydau'r Rhai sy'n Gweithio ar eu Pen eu Hunain

Cyn cychwyn, dylai'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain sicrhau eu bod wedi cynllunio'r daith a bod ganddynt ddigon o danwydd ar gyfer y daith. Dylent ganiatáu digon o amser ar gyfer y daith er mwyn osgoi gorfod rhuthro neu gymryd risgiau diangen. Ni ddylid gadael eitemau fel bagiau, cesys, cyffuriau a reolir a chyfarpar arall yn weladwy yn y cerbyd. Dylai'r rhain fod o'r golwg, yn ddelfrydol yng nghist y cerbyd. Dylai'r rhai sy'n gweithio ar eu pen hunain ddal allwedd i'r cerbyd yn eu llaw bob amser pan fyddant yn gadael y safle, er mwyn osgoi gorfod chwilio amdanynt pan fyddant y tu allan. Dylid gwirio tu allan y cerbyd. Dylid gwirio y tu mewn i'r cerbyd hefyd am dresmaswyr posibl cyn mynd i mewn iddo.

Pan fyddant yn y cerbyd, dylid cloi pob drws, yn arbennig wrth deithio ar gyflymder araf, pan fydd y cerbyd yn aros wrth oleuadau traffig ac wrth deithio mewn ardaloedd risg uchel. Gallai rhai aelodau o staff deimlo y gallai drws wedi'i gloi eu hatal rhag dianc neu gael help os bydd rhywbeth yn digwydd. Fodd bynnag, mae cerbydau a thechnegau achub modern yn gwneud hyn yn llai o broblem nag y mae'n ymddangos. Dylai'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain geisio parcio'n agos at y lleoliad y maent yn ymweld ag ef bob amser ac ni ddylent byth gymryd llwybrau byr er mwyn arbed amser. Yn ystod y nos neu pan fydd y tywydd yn wael, dylent barcio mewn ardal wedi'i goleuo'n dda ac yn wynebu'r cyfeiriad y byddant yn gadael.

Dylent sicrhau bod holl ffenestri'r cerbyd ar gau, a bod y drysau wedi'u cloi. Dylai'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain osgoi parcio ar ddreif yr eiddo y maent yn ymweld ag ef oherwydd gallai eu cerbyd gael ei flocio, a allai eu hoedi neu eu hatal rhag dianc. Mae rhaglenni hyfforddiant gyrrwyr diogel yr Awdurdod Gweithredol Iechyd a Diogelwch yn cynghori'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain i facio'r car yn ôl i leoedd parcio er mwyn i'r drws allu gweithredu fel rhwystr.

Ni ddylai'r rhai sy'n gyrru ar eu pen eu hunain, yn enwedig pan fydd wedi tywyllu, stopio, hyd yn oed ar gyfer pobl sy'n ymddangos fel eu bod mewn trafferth neu bod angen cymorth arnynt. Dylent stopio mewn lle diogel a chysylltu â'r gwasanaethau brys fel y bo'n briodol. Os yw rhywun yn eu dilyn, neu os ydynt yn poeni y gallai rhywun fod wedi'u dilyn, dylent yrru i'r orsaf heddlu agosaf neu adeilad sydd wedi'i oleuo'n dda sydd â phobl ynddo, er enghraifft gorsaf betrol, i ofyn am gymorth.

Os bydd cerbyd yn torri i lawr neu os bydd digwyddiad, dylai'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain gysylltu â'u rheolwr, 'cyfaill' neu gydweithiwr ar unwaith. Os oes angen iddynt adael y cerbyd i

ddefnyddio ffôn argyfwng, dylent roi eu goleuadau rhybudd ymlaen, cloi eu cerbyd a sicrhau eu bod yn weladwy i draffig sy'n mynd heibio. Ni ddylent arddangos arwyddion fel 'meddyg ar alwad' neu 'nyrs ar alwad' oherwydd gallai hyn annog lladron i dorri i mewn i'r cerbyd, i ddwyn cyffuriau er enghraifft. Dylai'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain osgoi cael eitemau yn eu cerbyd sy'n cynnwys manylion personol, megis eu cyfeiriad cartref.

15 Y Rhai sy'n Cerdded Tra'n Gweithio ar eu Pen eu Hunain

Dylai'r gwaith cynllunio cyn cychwyn ar daith gynnwys penderfynu ar y llwybr mwyaf diogel i'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain. Wrth gychwyn, dylai'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain gerdded yn eithaf cyflym, os yn bosibl, a pheidio â stopio mewn ardaloedd sy'n ddiarth iddynt (er enghraifft, i edrych ar fap neu ofyn am gyfarwyddiadau). Os bydd angen cymorth, dylent fynd i mewn i sefydliad diogel, er enghraifft gorsaf heddlu, gorsaf betrol neu siop ag enw da a gofyn am gyfeiriadau neu, os bydd angen, ffonio am gymorth gan eu rheolwr, cydweithiwr neu 'gyfaill'.

Dylai'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain osgoi gwneud defnydd helaeth o ffonau symudol mewn unrhyw ardal ac, os byddant yn cario cyfarpar, dylent sicrhau y gwneir hyn drwy ddefnyddio bagiau nad ydynt yn datgelu beth maent yn ei gario. Dylent aros yng nghanol palmentydd, gan wynebu'r traffig sy'n dod tuag atynt. Dylent fod yn effro i'r bobl a'r amgylchedd o'u cwmpas, gan aros ar lwybrau ac ardaloedd sydd wedi'u goleuo'n dda os yn bosibl. Dylid osgoi tir gwastraff, llwybrau ynysig ac isffyrdd, yn enwedig gyda'r nos.

Os bydd rhywun yn ceisio dwyn yr hyn y mae'r sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun yn ei gario, dylai ollwng yr eiddo ar unwaith heb herio'r lleidr. Os byddant yn cario bag llaw neu fag tebyg, dylent ystyried cario eu hallweddi tŷ a'u ffôn symudol ar wahân.

16 Adrodd am Ddigwyddiadau

Dylid adrodd am bob digwyddiad, gan gynnwys achos lle bydd dyfais y sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun yn gwrthod gweithio, a'u rheoli yn unol â pholisi Adrodd ar Ddigwyddiadau yr Ymddiriedolaeth a'u cofnodi ar Datix. Mae'n rhaid i reolwr y sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun gwblhau adolygiad o asesiadau risg a mesurau rheoli y rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain fel rhan o'r ymchwiliad i'r digwyddiad.

17 Systemau ar gyfer y Rhai sy'n Gweithio ar eu Pen eu Hunain

Mae'n hollbwysig cydnabod na fydd systemau ar gyfer y rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain yn atal digwyddiadau rhag digwydd. Ni fyddant yn gwneud pobl yn anorchfygol, ac ni ddylid eu defnyddio mewn ffordd i frawychu, aflonyddu neu orfodi rhywun. Fodd bynnag, o'u defnyddio'n gywir ochr yn ochr â gweithdrefnau cadarn, byddant yn rhoi haen ychwanegol o ddiogelwch i'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain. Dylai'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain barhau i arfer gofal hyd yn oed os byddant yn defnyddio systemau o'r fath ac yn parhau i ddefnyddio'r broses asesu risg deinamig. Dylai'r gofyniad ar gyfer technoleg ddeillio o asesiadau risg, adolygiadau cyn neu ar ôl digwyddiad a dadansoddiad o adroddiadau a gwybodaeth weithredol berthnasol. Mae'n hollbwysig bod y Rheolwr Iechyd a Diogelwch perthnasol a'r Pennaeth Ystadau ac Iechyd a Diogelwch, gyda chefnogaeth y Rheolwyr, yn cymryd cyfrifoldeb am sicrhau y gwneir defnydd priodol ac effeithiol o dechnoleg a'i bod yn gymesur â'r broblem y bwriedir iddi fynd i'r afael â hi. Ni ddylid ystyried technoleg fel datrysiad ynddo'i hun. Fodd bynnag, gall technoleg chwarae rhan bwysig yn helpu i ddiogelu'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain. Bydd technoleg ond yn effeithiol os yw'n gweithio ochr yn ochr â:

- phroses asesu risg drylwyr ar gyfer rheolwyr a staff
- gweithdrefnau rheoli clir a chadarn sy'n rhoi mesurau ar waith i fynd i'r afael â risgiau a nodwyd a risgiau posibl a delio â digwyddiadau pan fyddant yn digwydd
- rheolwyr a staff yn derbyn cyfrifoldeb am y dechnoleg a ddarparwyd er eu diogelwch ac yn ei chefnogi
- rhannu gwybodaeth o fewn a thu allan i'r GIG ar risgiau a nodwyd a risgiau posibl
- cefnogaeth ac ymateb cymesur gan yr heddlu a'r gwasanaethau cymorth technoleg pan fydd system y sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun unigol yn cael ei gweithredu
- darparu hyfforddiant datrys gwrthdaro o ansawdd uchel i helpu staff i atal a rheoli sefyllfaoedd treisgar
- hyfforddiant diogelwch gweithwyr unigol system benodol gan gynnwys senarios sy'n adlewyrchu'r ffaith bod y rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain wedi derbyn dyfais a bod gwasanaethau cymorth ar waith
- ymrwymiad gan y staff i ddefnyddio'r dechnoleg yn briodol. Mae'n hollbwysig bod y rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain yn cael hyfforddiant a chyfarwyddyd priodol ar ddefnyddio systemau o'r fath. Mae'n rhaid rhoi digon o amser iddynt ymgysgu'r gweithdrefnau a'r systemau sy'n berthnasol i'r rhai sy'n gweithio

ar eu pen eu hunain cyn y disgwylir iddynt eu defnyddio yn eu gwaith bob dydd.

18 Hyfforddiant

Mae hyfforddiant yn bwysig iawn pan fydd goruchwyliaeth a rheolaeth, arweiniad a chymorth cyfyngedig mewn sefyllfaoedd o ansicrwydd. Felly, gallai hyfforddiant fod yn hollbwysig er mwyn atal panig mewn sefyllfaoedd anghyffredin. Dylid darparu lefel ddigonol o wybodaeth er mwyn sicrhau bod y rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain yn deall risgiau eu gwaith, y rhagofalon sydd eu hangen, gan gynnwys, os bydd angen, y defnydd o unrhyw gyfarpar a ddarparwyd a'r hyn y dylent ei wneud mewn argyfwng.

Dylai hyfforddiant fod yn ddigon cynhwysfawr hefyd i sicrhau bod cyflogaion yn gymwys i ddelio ag amgylchiadau sy'n newydd, yn anghyffredin neu y tu hwnt i gwmpas hyfforddiant, er enghraifft, pryd i roi'r gorau i weithio a gofyn am gyngor gan reolwr/goruchwyliwr ar sut i ddelio ag ymddygiad ymosodol.

Mae nifer o gyrsiau ar gael, ac mae'n rhaid i chi gysylltu â'r tîm Dysgu a Datblygu i gael gwybodaeth am becynnau hyfforddiant. Mae'r becynnau hyn ar gael drwy e-ddysgu ac wyneb yn wyneb.

Mae rhaglen E-ddysgu Modiwl B Trais ac Ymddygiad Ymosodol yn cynnwys model ar Weithio ar Eich Pen Eich Hun. Mae'r rhaglen yn cyflwyno'r cysyniad o drais ac ymddygiad ymosodol ac ymwybyddiaeth o ddiogelwch personol i'r dysgwr. Mae'r rhaglen wedi'i rhannu'n 4 adran:

- Diogelwch Personol ac Is-gyfeirio
- Gofynion Cyfreithiol
- Gweithio ar Eich Pen Eich Hun
- Rhagofalon rhag Digwyddiadau Treisgar a Diogelwch

Pan fydd dyfeisiau'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain wedi bod yn destun asesiad risg ac yr ystyriwyd eu bod yn hanfodol, rhoddir hyfforddiant ar y defnydd o ddyfeisiau ar ôl dosbarthu'r dyfeisiau ac ar ôl uwchraddio / gwneud newidiadau i'r dyfeisiau, a gynhelir mewn sesiwn ystafell ddosbarth neu drwy e-ddysgu. Ni fydd angen unrhyw hyfforddiant gloywi pan fydd y staff yn gallu dangos eu bod yn gwneud defnydd rheolaidd o'r ddyfais.

19 Monitro ac archwilio

Mae'n rhaid i'r Ymddiriedolaeth gynnal gwaith monitro lleol rheolaidd drwy adolygu digwyddiadau Datix i sicrhau bod:

- digwyddiadau'n ymwneud â'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain yn cael eu hadrodd
- systemau diogel ar waith
- staff wedi cael hyfforddiant digonol
- y dyfeisiau'n cael eu defnyddio'n gywir ac i lefelau derbyniol (dylid atgoffa staff o'u goblygiadau cyfreithiol o dan ddeddfwriaeth Iechyd a Diogelwch er mwyn annog cydymffurfiaeth)
- unrhyw faterion gweithredol yn cael eu nodi, eu hadrodd a bod mesurau rheoli pellach yn cael eu nodi a'u cyflwyno

Bydd angen adolygu asesiadau risg o dro i dro a'u diweddarau os amheuir nad ydynt bellach yn ddilys neu ar ôl unrhyw newidiadau arwyddocaol, er enghraifft staff, prosesau, offer newydd neu newidiadau i ddeddfwriaeth.

Dylid monitro effeithiolrwydd mesurau rheoli hefyd i sicrhau eu bod yn briodol ar gyfer y dasg. Bydd hyn yn cynnwys monitro mesurau rheoli sydd ar waith, i sicrhau eu bod yn cael eu defnyddio'n gywir ac yn gyson drwy:

- gynnal archwiliad arferol o fesurau rheoli
- sicrhau'r defnydd cywir o fesurau rheoli
- sicrhau gweithrediad llawn systemau, polisi a gweithdrefnau diogel
- sicrhau bod staff yn gwbl ymwybodol o'r risgiau
- cynnal archwiliadau iechyd a diogelwch, archwiliadau clinigol ac ansawdd yn rheolaidd
- gweithredu rhaglenni hyfforddiant priodol.

20 Diffyg Cydymffurfiaeth

Bydd camau disgyblu o dan delerau Polisi Disgyblu Iechyd Cyhoeddus Cymru yn cael eu cymryd yn erbyn unrhyw aelod o staff, waeth beth fo'i sefyllfa, sy'n diystyru'n fwriadol delerau'r weithdrefn hon. Lle mae diystyru llwyr yn effeithio ar eu hiechyd neu eu diogelwch eu hunain neu unrhyw weithwyr cyflogedig eraill, gellir diswyddo'r gweithiwr, yn dilyn ymchwiliad a gwrandawriad disgyblu, yn unol â'r polisi disgyblu.

21 Datganiad Llywodraethu Gwybodaeth

Gan y bydd unrhyw ddigwyddiadau y rhoddir gwybod amdanynt yn cael eu cofnodi ar system DATIX Iechyd Cyhoeddus Cymru, bydd mynediad i'r amgylchedd rheoledig hwn ar sail 'angen gwybod' a bydd yn cyflawni'r gofynion Llywodraethu Gwybodaeth.

Dylai rheolwyr a staff fod yn ymwybodol, wrth gofnodi gwybodaeth am ddigwyddiad ar DATIX, y dylai'r unigolyn, os yn bosibl, fod yn ddienw, lle y bo'n rhesymol ymarferol, fel nad yw gwybodaeth adnabyddadwy'r unigolyn yn ymddangos mewn unrhyw adroddiad rheoli DATIX.

22 Atodiad A – Nodiadau canllaw

Bwriedir i'r nodyn canllaw hwn fod yn ganllaw cyffredinol ar gyfer asesu risg i staff Iechyd Cyhoeddus Cymru ei ddefnyddio fel templed a dylid ei ddarllen ar y cyd â Pholisïau a Gweithdrefnau Iechyd a Diogelwch eraill (corfforaethol a lleol).

Diffiniad: Cyflogeion sy'n cyflawni gweithgarwch ar wahân i **weithwyr** eraill heb oruchwyliaeth agos neu uniongyrchol yw gweithwyr sy'n gweithio ar eu pen eu hunain. Gallai staff o'r fath gael eu hamlygu i risg oherwydd nad oes unrhyw un i'w cynorthwyo ac felly mae'n bosibl y bydd angen asesiad risg.

22.1.1 Asesiadau risg ar gyfer y Rhai sy'n Gweithio ar eu Pen eu Hunain

Egwyddorion Cyffredinol

- Mae'n rhaid cwblhau **asesiadau risg** ar gyfer pob tasg ble mae rhywun yn gweithio ar ei ben ei hun. Cyfeiriwch at y Nodiadau ar Gynnal Asesiadau Risg yn **Atodiad B** sy'n disgrifio'r rhain a sut i'w cofnodi.
- Yn y rhan fwyaf o achosion bydd y rhain yn electronig, a byddant ar gael drwy Datix.
- Os bydd yr asesiad risg mewn fformat papur neu electronig, mae'n rhaid ei fod ar gael i'w ddarllen cyn ymgymryd â'r dasg.
- Pan na ellir cwblhau asesiad risg ymlaen llaw (e.e., ymweliad /gweithgarwch brys/diogelu iechyd, mae'n rhaid i'r Sawl sy'n Gweithio ar ei Ben ei Hun ddilyn egwyddorion Asesiad Risg Deïnamig a amlinellir yn Atodiad 1.
- Pan fo'n ymarferol, dylai'r asesiad fod ar gael i'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain i'w ddarllen cyn unrhyw ymweliad.
- Lle y caniateir hynny'n gyfreithiol, dylid cyfathrebu'r wybodaeth ag asiantaethau eraill a all weithio gyda'r un defnyddwyr gwasanaeth fel rhan o'r broses rheoli risg gyffredinol. Os bydd unrhyw ymholiad ynghylch rhyddhau gwybodaeth i asiantaethau eraill, dylid ceisio cyngor gan dîm Llywodraethu Gwybodaeth Iechyd Cyhoeddus Cymru.
- Os bydd unrhyw risgiau hysbys, dylai rheolwyr/gweithwyr ystyried aildrefnu'r ymweliad neu dasg i amser neu leoliad

penodol pan fydd yn bosibl i rywun fynd gyda nhw, neu y gellir rheoli'r sefyllfa'n fwy priodol.

- Dylai'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain fod yn effro i'r risgiau a gyflwynir gan y rhai sydd o dan ddylanwad alcohol/cyffuriau neu sy'n ddryslyd, neu pan allai anifeiliaid fod yn bresennol. Mae angen ystyried yr holl ffeithiau er mwyn cynnal asesiad risg deinamig i benderfynu a ddylid parhau â'r gwaith neu roi'r gorau iddo.
- Mae'n hollbwysig bod y rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain yn parhau i fod yn effro drwy gydol yr ymweliad neu'r gwaith y maent yn ei wneud a sicrhau eu bod yn ymwybodol o fynedfeydd/allanfeydd os bydd argyfwng.
- Os bydd sefyllfa dreisgar yn datblygu neu unrhyw ddigwyddiad y maent yn teimlo nad oes modd ei reoli mwyach, yna dylai cydweithwyr ddirwyn yr ymweliad i ben ar unwaith a gadael y lleoliad.

Systemau Cyfeillio a'r Rhai sy'n Gweithio ar eu Pen eu Hunain

- Mae'n rhaid defnyddio systemau cyfeillio er mwyn dangos lleoliad y rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain i reolwyr a chydweithwyr eraill, a gellir gwneud hyn ochr yn ochr ag unrhyw fesurau rheoli eraill fel rhan o'r asesiad risg.
- Sicrhewch fod y manylion diweddaraf ar y rhestr o enwau cyswllt mewn argyfwng. Cysylltwch â'ch rheolwr llinell i sicrhau bod ganddo restr wedi'i diweddarau neu i drefnu iddi gael ei diweddarau.
- Dylai'r 'cyfaill' fod yn gwbl ymwybodol o symudiadau'r sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun a bod mewn sefyllfa i gysylltu â'r unigolyn hwnnw fel y cytunwyd os bydd y sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun yn methu â chysylltu â'r cyfaill fel y cytunwyd.
- Mae'n rhaid i drefniadau fod ar waith i gyflenwi ar gyfer y rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain y tu allan i oriau gwaith arferol.
- Dylid cytuno ar y weithdrefn uwchgyfeirio yn y broses gyfeillio ar gyfer y rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain a welir yn Atodiad 2 a'i dilyn os na ellir cysylltu â'r sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun.
- Dylai trefniadau wrth gefn fod ar waith i rywun arall ymgymryd â'r rôl 'cyfaill' rhag ofn y bydd angen i'r person a enwebwyd orfod gadael.

Yn ystod ymweliadau

- Dylid paratoi a darparu gwybodaeth gyflawn i'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain ar ôl cwblhau unrhyw asesiadau risg angenrheidiol cyn yr ymweliad neu ddarllen asesiad risg sydd wedi'i gofnodi ymlaen llaw os bydd un ar gael.
- Dylid cynnal asesiad risg deinamig ar ôl cyrraedd ac yn gyson drwy gydol yr ymweliad. Os bydd anifeiliaid yn bresennol, dylid ystyried gofyn iddynt gael eu symud i ystafell arall.
- Wrth fynd i mewn i'r tŷ, dylai'r sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun ymgysylltu â phwyntiau mynediad/allanfa a chloeon drws, rhag ofn y bydd angen iddynt adael ar frys, a sicrhau bod ganddynt fodd o gysylltu â'r swyddfa/cyfaill os bydd problem – e.e., cadw'r ffôn symudol ymlaen a gwirio'r signal.
- Dylai'r sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun geisio dilyn claf neu ddefnyddiwr gwasanaeth yn hytrach na cherdded o'u blaenau.
Ni ddylent roi eu hunain mewn cornel neu mewn lleoliad lle y gallai fod yn anodd iddynt ddianc.
- Os bydd risg yn datblygu i fod yn un na ellir ei rheoli, mae gan y sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun yr hawl i adael, gan sicrhau bod y mater yn cael ei uwchgyfeirio'n briodol ar ôl iddynt gyrraedd man diogel.

Gyrru

- Dylai'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunian sicrhau bod digon o danwydd yn y cerbyd ar gyfer y daith, yn ogystal â sicrhau bod eu cerbyd mewn cyflwr da, yn cael ei gynnal a'i gadw a'i fod yn annhebygol o dorri i lawr.
- Dylent gynllunio amser digonol ar gyfer y daith ac osgoi cymryd risgiau diangen.
- Ni ddylai bagiau, pethau gwerthfawr neu unrhyw beth sy'n datgelu pwy yw'r sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun, ei gyfeiriad neu fanylion ei deulu fod yn weladwy yn y cerbyd.
- Dylai'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain ddal allwedd i'r cerbyd yn eu llaw bob amser wrth adael y safle er mwyn gallu mynd i mewn i'w cerbyd yn gyflym.
- Pan fyddant yn y cerbyd, argymhellir eu bod yn cloi pob drws, yn arbennig wrth deithio'n araf neu wrth aros wrth oleuadau traffig.
- Dylid sicrhau, wrth gynnal ymweliad cartref, bod ceir yn cael eu parcio mewn ffordd sy'n galluogi i weithwyr eu gyrru i ffwrdd ar unwaith, heb orfod troi neu facio'n ôl.

- Peidiwch ag arddangos arwyddion fel 'nyrs ar alwad' oherwydd gallai hynny annog gweithgaredd troseddol os credir bod cyffuriau yn y cerbyd.
- Dylid parcio mewn ardaloedd sydd wedi'u goleuo'n dda a cheisio osgoi parcio mewn tramwyfeydd.
- Wrth yrru ar eich pen eich hun, pan fydd wedi tywyllu, peidiwch â stopio i gynnig cymorth i unrhyw un sy'n ymddangos fel ei fod mewn trallod. Dylech stopio mewn man diogel a chysylltu â'r gwasanaethau brys. Os yw rhywun yn eich dilyn, neu os ydych yn poeni y gallai rhywun fod yn eich dilyn, gyrrwch i'r orsaf heddlu agosaf neu adeilad sydd wedi'i oleuo'n dda sydd â phobl ynddo, er enghraifft gorsaf betrol, i ofyn am gymorth.
- Os bydd cerbyd yn torri i lawr, dylai'r sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun gysylltu â'i reolwr, cydweithiwr neu 'gyfaill' ar unwaith. Os yw'n defnyddio ffôn symudol a bod y signal yn wael, neu os nad oes signal o gwbl, dylai roi ei oleuadau perygl ymlaen. Os bydd angen gadael y cerbyd er mwyn chwilio am gymorth, dylid cloi'r cerbyd, a dylai'r gweithiwr sicrhau ei fod yn weladwy i draffig sy'n pasio.

Y rhai sy'n gweithio ar eu pen hunain a thrafnidiaeth gyhoeddus

Os yw'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunian yn bwriadu defnyddio trafndiaeth gyhoeddus, dylent:

- Osgoi arosfannau ynysig os yn bosibl a defnyddio arosfannau prysur neu'r rhai sydd wedi'u goleuo'n dda.
- Dylai fod gan y rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain amserlen ar gyfer y math o drafnidiaeth a'r llwybr a gymerir. Dylid gadael y manylion hyn gyda'r rheolwr, cydweithiwr neu 'gyfaill'. Os bydd y llwybr yn newid neu os bydd oedi sylweddol, dylent roi gwybod i'r uchod.
- Dylent bob amser eistedd yn agos at yrrwr y cerbyd cyhoeddus, yn ddelfrydol ar sedd eil.
- Dylent osgoi lloriau uchaf gwag ar fsys neu gerbydau trên gwag a hefyd pan fydd dim ond un teithiwr arall.
- Os bydd teithiwr/teithwyr eraill yn eu bygwth, dylent hysbysu'r gyrrwr/gard ar unwaith.

Tacsis

- Lle bynnag y bo modd, dylid archebu tacsï ymlaen llaw gan gwmni ag enw da, gan gael enw'r gyrrwr ac enw'r cwmni.
- Dylid ond defnyddio safleoedd a chwmnïau tacsï cydnabyddedig.
- Dylent eistedd yn y cefn, y tu ôl i sedd y gyrrwr a lle bydd yn ymarferol, tynnu llun o blât rhifau/rhif bathodyn tacsï a'u hanfon at ffrind cyn dechrau'r daith.
- Ni ddylent roi gwybodaeth bersonol i'r gyrrwr (wrth sgwrsio neu dros ffôn symudol) na datgelu diben eu taith e.e., gallai Nyrs ar alwad annog gweithgarwch troseddol os credir bod cyffuriau ym meddiant yr unigolyn/mewn bagiau.

Cerddwyr

- Dylai'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain geisio cerdded yn dal a hyderus bob amser, profwyd bod hyn yn atal sylw digroeso.
- Peidiwch ag arddangos eich bathodyn enw oherwydd gallai hyn ysgogi sylw digroeso.
- Peidiwch â stopio i helpu dieithriaid gyda thanio sigarét neu i ddweud yr amser.
- Dylid cario bagiau gyda'r agoriad yn erbyn y corff.
- Ni ddylid gwisgo/defnyddio clustffonau/ffonau symudol am eu bod yn cuddio sŵn pobl yn agosáu o'r tu ôl.
- Ni ddylid defnyddio ffonau symudol yn agored mewn unrhyw ardal.
- Os gwneir ymgais i ddwyn unrhyw beth sy'n cael ei gario, dylid gollwng yr eiddo ar unwaith heb herio'r person.
- Dylid cerdded yng nghanol llwybr troed bob amser, gan wynebu'r traffig sy'n dod tuag atoch chi.
- Dylai'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain osgoi tir gwastraff, llwybrau ynysig ac isffyrdd, yn arbennig gyda'r nos.
- Dylid ystyried cadw allweddi tŷ a ffonau symudol ar wahân.
- Os oes unrhyw risg o berygl, o gael eich dilyn, yna ewch i le cyhoeddus lle mae digon o bobl – e.e., siop neu siop adrannol. Cysylltwch â'r cyfaill/rheolwr os byddwch yn dal i deimlo mewn perygl.
- Dylid rhoi gwybod am unrhyw ladrad i'r heddlu ac yn fewnol.

Anifeiliaid

- Wrth wneud trefniadau i ymweld â chyfeiriad penodol, mae'n dderbyniol gofyn a oes gan y deiliad unrhyw anifeiliaid.
- Dylid gofyn i'r deiliaid symud neu ddiogelu'r anifail mewn ystafell arall cyn i'r gweithiwr gyrraedd.
- Os bydd gweithiwr yn wynebu anifail ymosodol ar ymweliad cyntaf â chyfeiriad defnyddiwr gwasanaeth, ni ddylai roi ei hun mewn perygl. Dylid rhoi gwybod am y digwyddiad, asesu'r risg ac os bydd angen, gorffen yr ymweliad yn gynnar. Ar ôl yr ymweliad, dylid ystyried marciwr rhybudd. Cofiwch y gallai cais i symud anifail, mewn rhai amgylchiadau, ysgogi adwaith negyddol gan y claf.

Gweithwyr Swyddfa – Yn ystod oriau swyddfa

- Dylai'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain mewn adran yn ystod oriau swyddfa nodi ble mae'r allanfeydd brys ac ymgyswrtwyddo â gweithdrefnau brys.
- Dylai'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain hysbysu cydweithwyr eraill os ydynt yn bwriadu cynnal cyfarfod gyda gwesteion anhysbys a darparu manylion ynghylch pryd, lle ac am ba hyd y bydd yn para.
- Dylai'r rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunian sicrhau eu bod ond yn rhannu gwybodaeth eu bod ar eu pen eu hunain yn y gweithle fel rhan o'r system cymorth cyfeillio.
- Os ydynt yn bryderus, dylent alw am gymorth gan gydweithwyr eraill, gweithwyr diogelwch neu'r gwasanaethau brys.
- Dylai cydweithwyr sy'n gweithio ar eu pen eu hunain mewn adran y tu allan i oriau swyddfa sicrhau eu bod yn cydymffurfio â deddfwriaeth gyfredol Iechyd a Diogelwch.
- Rhoddi wybod bob amser i ofalwr, gwarchodwr diogelwch, derbynnydd neu gydweithwyr glanhau os ydych yn aros ymlaen yn y swyddfa ar ddiwedd diwrnod gwaith arferol.

Gweithwyr Swyddfa – Y Tu Allan i Orlau Swyddfa

Mae'n rhaid i unrhyw un sy'n bwriadu gweithio ar ei ben ei hun y tu allan i oriau swyddfa arferol sicrhau bod polisïau Iechyd a Diogelwch

a pholisïau perthnasol eraill yn caniatáu iddynt weithio ar eu pen eu hunain yn yr adeilad.

- Os ydych yn gweithio ar benwythnosau neu'n hwyr yn y nos/yn gynnar yn y bore, rhowch wybod i reolwr, cydweithiwr, ffrind neu berthynas lle yrr ydych chi a'r amser yr ydych yn credu y byddwch yn gorffen/mynd adref. Cadwch mewn cysylltiad rheolaidd gyda nhw i gadarnhau eich bod yn iawn.
- Os bydd cynlluniau'n newid, dylid hysbysu'r cyswllt ar unwaith.
- Gwnewch yn siŵr fod bob ffenestr a drws wedi'u diogelu er mwyn atal mynediad heb awdurdod.
- Peidiwch ag agor drysau i ddieithriaid waeth pa ddull adnabod a ddangosir ganddynt.
- Peidiwch byth â rhoi codau diogelwch neu allweddi i ddieithriaid.
- Gwnewch yn siŵr bod unrhyw lwybrau dianc rhag tân yn glir ac nad ydynt wedi'u cloi, a all ddigwydd y tu allan i oriau gweithio arferol mewn rhai safleoedd.
- Peidiwch byth â defnyddio lifft ar yr adegau hyn oherwydd efallai y byddwch yn mynd yn sownd y tu mewn ac yn methu â chanu'r larwm.
- Os bydd larwm tân yn seinio, rhaid i chi adael yr adeilad a mynd i fan ymgynnull cydnabyddedig ac aros am y gwasanaethau brys.
- Os bydd y sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun yn darganfod nam gyda chyfarpar, ni ddylai geisio ei atgyweirio neu ymyrryd â'r rheolyddion.
- Wrth adael, gwnewch yn siŵr fod pob ffenestr a drws ar gau.
- Parciwch mor agos at yr adeilad â phosibl. Os bydd angen, symudwch y cerbyd yn nes at yr adeilad cyn gorffen gweithio.

23 Atodiad B – NODIADAU AR GYFER CYNNAL ASESIADAU RISG

Yn ddelfrydol, mae asesiad risg yn gofnod ysgrifenedig o beryglon a mesurau rheoli ond gall fod yn ddeinamig hefyd (Gweler y paragraff isod). Dylid dilyn y broses pum cam, a amlinellir isod, wrth asesu sefyllfaoedd yn gyffredinol ac yn ddeinamig:

- Nodi unrhyw beryglon
- Penderfynu a allai'r person(au) gael eu heffeithio/niweidio a sut
- Gwerthuso'r risg sy'n deillio o'r wybodaeth rydych wedi'i chasglu eisoes
- Cofnodi eich canfyddiadau a diddymu'r risg neu roi mesurau rheoli ar waith i leihau'r lefel o risg i'r lefel isaf sy'n ymarferol
- Adolygu'r asesiad yn rheolaidd

Mae'n rhaid cynnal asesiadau risg ym mhob ardal waith lle bydd gweithio ar eu pen eu hunain yn cyflwyno risg wirioneddol neu bosibl i gydweithwyr. Dylai asesiadau risg gael eu cynnal gan bersonau cymwys, eu cofnodi, eu gwerthuso gan reolwr llinell a'u cyfleu i bawb a allai fod angen bod yn ymwybodol o'r risg yn ystod eu gwaith. Mae ffactorau i'w hystyried wrth gynnal yr asesiad risg yn cynnwys y canlynol:

- A oes angen i'r gweithiwr ymgymryd â'r gweithgarwch ar ei ben ei hun?
- A yw'r gweithle yn cyflwyno risg benodol i'r sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun?
- A oes cofnod neu hanes o drais, ymddygiad ymosodol, camdriniaeth lafar a chorfforol neu hiliaeth yn y lleoliad, gan y cleient, ei berthnasodd neu ei gymdogion?
- A oes risg bosibl o drais/ymddygiad ymosodol?
- A allai'r dasg achosi i'r person dan sylw wylltio?
- A oes unrhyw bryderon diogelwch ynghylch yr ardal?
- A oes ffordd ddiogel i mewn/allan i un person?
- A ellir diogelu'r adeilad er mwyn atal mynediad ond cynnal nifer digonol o allanfeydd argyfwng
- A oes problemau hysbys yn ymwneud â chyffuriau, alcohol

neu iechyd meddwl y mae angen eu hystyried?

- A all un person drin y cyfarpar, y sylweddau a'r nwyddau sy'n gysylltiedig â'r gwaith yn ddiogel?
- A yw'r unigolyn yn ffit yn feddygol ac yn addas i weithio ar ei ben ei hun?
- A yw'r dasg yn galw am unrhyw hyfforddiant arbenigol i alluogi'r gweithiwr i weithio ar ei ben ei hun?
- Beth yw'r trefniadau cyfeillio ar gyfer yr unigolyn?
- Ystyried a allai nodweddion gwarchodedig unigolyn gynyddu'r risg i'r sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun
- A yw cydweithwyr newydd, dibrofiad neu ifanc yn wynebu mwy o risg os ydynt yn gweithio ar eu pen eu hunain?
- Beth sy'n digwydd os bydd person yn mynd yn sâl, yn cael damwain neu os bydd argyfwng?
- A gynhelir yr ymweliad/cyfarfod y tu allan i oriau arferol?

Dylid cofnodi manylion yr asesiad risg ar bapur a / neu gronfa ddata electronig adferadwy h.y., Datix a dylent gynnwys:

- Graddau a natur y risgiau
- Ffactorau sy'n cyfrannu at y risg, gan gynnwys swydd a thasgau a gweithgareddau penodol
- Y systemau gwaith diogel i'w dilyn er mwyn diddymu neu leihau'r risg
- Y nifer o gydweithwyr ac eraill sy'n cael eu heffeithio gan y gweithgarwch
- Unrhyw newidiadau, argymhellion, hyfforddiant, polisi ac adolygiadau gweithdrefnol angenrheidiol
- Pwy sy'n gyfrifol am sicrhau bod y camau gweithredu a nodwyd yn yr asesiad risg yn cael eu dilyn i'w casgliad rhesymegol
- Ffactorau amgylcheddol, goleuadau, tymheredd, sŵn, amodau llawr, ac yn y blaen.

23.1.1 Asesiad Risg Deinamig

Mae asesiad risg deinamig yn dilyn yr un prosesau fodd bynnag mae'n broses feddyliol barhaus lle bydd yr amgylchedd a'r sefyllfa yn cael eu gwirio a'u monitro'n feddyliol i sicrhau bod yr asesiad risg gwreiddiol yn parhau i fod yn ddilys.

Os bydd y risg yn cynyddu yn ystod y broses a'r gred yw bod y newid yn golygu na ellir rheoli'r risg, yna mae gan y sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun hawl i dynnu ei hun o'r sefyllfa gan sicrhau bod y mater yn cael ei uwchraddio'n briodol ac yr adroddir arno pan fydd y gweithiwr wedi cyrraedd man diogel.

24 Atodiad C - Ffurflen Asesu Risg

TASG	<i>Gweithio ar Eich Pen eich Hun</i>	RHIF YR ASESIAD	GEN/LW/002	Canlyniad					
					1	2	3	4	5
				1	1	2	3	4	5
				2	2	4	6	8	10
				3	3	6	9	12	15
Ffynhonnell	<i>Polisi Gweithio ar Eich Pen Eich Hun</i>	Dyddiad Asesiad	20.4.17	4	4	8	12	16	20
				5	5	10	15	20	25
SAFLE	<i>Ledled y wlad</i>	UNIGOLYN CYFRIFOL	Pob aelod o staff						

Cyf.	Perygl	Person(au) sy'n cael eu hamlygu i'r Perygl	Y Risg a Nodwyd	Sgôr Risg Pur			Mesurau Rheoli Gofynnol	Ar Waith		Sgôr Risg Weddilliol		
				C	T	R		Ie	Na	C	T	R
01	Gweithio ar Eich Pen Eich Hun (cymunedol)	Staff	Camdriniaeth Lafar (Anaf seicolegol)	3	2	6	Polisi/gweithdrefnau ar gyfer y rhai sy'n gweithio ar eu pen eu hunain	ü		2	1	2

Cyf.	Perygl	Person(au) sy'n cael eu hamlygu i'r Perygl	Y Risg a Nodwyd	Sgôr Risg Pur			Mesurau Rheoli Gofynnol	Ar Waith		Sgôr Risg Weddilliol		
				C	T	R		Ie	Na	C	T	R
			Cynhyrfu Ofn Amser i ffwrdd o'r gwaith Ofn dychwelyd i'r lleoliad)				Polisi Trais ac Ymddygiad Ymosodol Polisi marcwyr rhybudd electronig ar gofnodion claf Hyfforddiant datrys anghydfod Asesiad risg a monitro parhaus Asesiad risg deinamig Technegau isgyfeirio Y grym i adael Strategaeth gadael Adrodd a rheoli digwyddiadau	ü ü ü ü ü ü ü ü				

Cyf.	Perygl	Person(au) sy'n cael eu hamlygu i'r Perygl	Y Risg a Nodwyd	Sgôr Risg Pur			Mesurau Rheoli Gofynnol	Ar Waith		Sgôr Risg Weddilliol		
				C	T	R		Ie	Na	C	T	R
02			Camdriniaeth gorfforol (Anaf corfforol Anaf seicolegol Cynhyrfu Ofn Amser i ffwrdd o'r gwaith Ofn dychwelyd i'r lleoliad)	4	1	4	Fel Cyfeirnod 01	ü		3	1	3
03			Anallu i adael/Carcharu ar gam (Anaf corfforol Anaf seicolegol Cynhyrfu)	5	1	5	Fel Cyfeirnod 01 yn ogystal â: Ffôn symudol Systemau cyfaill	ü ü ü		4	1	4

Cyf.	Perygl	Person(au) sy'n cael eu hamlygu i'r Perygl	Y Risg a Nodwyd	Sgôr Risg Pur			Mesurau Rheoli Gofynnol	Ar Waith		Sgôr Risg Weddilliol		
				C	T	R		Ie	Na	C	T	R
			Ofn Amser i ffwrdd o'r gwaith Ofn dychwelyd i'r lleoliad)				Adrodd a rheoli digwyddiadau					
04			Canfod arfau (Anaf corfforol Anaf seicolegol Cynhyrfu Ofn Amser i ffwrdd o'r gwaith Ofn dychwelyd i'r lleoliad)	3	1	3	Asesiad risg deinamig Y grym i adael Ffôn symudol Adrodd a rheoli digwyddiadau	ü ü ü ü		3	1	3

Cyf.	Perygl	Person(au) sy'n cael eu hamlygu i'r Perygl	Y Risg a Nodwyd	Sgôr Risg Pur			Mesurau Rheoli Gofynnol	Ar Waith		Sgôr Risg Weddilliol		
				C	T	R		Ie	Na	C	T	R
05			Teithio (Ardal anhysbys, anodd dod o hyd i'r eiddo)	2	3	6	Asesiad risg	ü		2	1	2
							Systemau cyfaill					
							Darparu Sat Nav neu atlas yn ôl disgresiwn y gwasanaeth (Ymwybyddiaeth o sut i ddelio â materion)	ü				
							Rhannu peryglon lleoliadau penodol	ü				
							Ffôn symudol	ü				
06			Car yn torri i lawr	2	1	2	System cyfaill	ü		2	1	2
							Polisi Risg Ffyrdd Gweithredol (Cyngor ar					

Cyf.	Perygl	Person(au) sy'n cael eu hamlygu i'r Perygl	Y Risg a Nodwyd	Sgôr Risg Pur			Mesurau Rheoli Gofynnol	Ar Waith		Sgôr Risg Weddilliol		
				C	T	R		Ie	Na	C	T	R
							archwilio car). Ffôn symudol	ü ü ü				
07			Gweithredu yn y tywyllwch (Methu dod o hyd i'r gyrchfan/diffyg amlygrwydd)	3	2	6	Asesiad risg deinamig System cyfaill lleol Cyfarpar Diogelu Personol priodol ar gyfer y dasg.	ü ü ü		2	1	2
08			Mynediad/allanfa anhygyrch	2	1	2	Asesiad risg deinamig	ü ü ü		2	1	2

Cyf.	Perygl	Person(au) sy'n cael eu hamlygu i'r Perygl	Y Risg a Nodwyd	Sgôr Risg Pur			Mesurau Rheoli Gofynnol	Ar Waith		Sgôr Risg Weddilliol		
				C	T	R		Ie	Na	C	T	R
							Y grym i adael digwyddiad adrodd a rheoli					
09			Anifeiliaid (Brathu Ffobia Alergeddau Amser i ffwrdd o'r gwaith Ofn dychwelyd i'r lleoliad)	2	2	4	Asesiad risg Cytundebau gyda'r perchnogion i symud yr anifeiliaid yn ystod yr ymweliad Y grym i adael/peidio mynd i mewn Adrodd a rheoli digwyddiadau	ü ü ü		1	1	1
10			Cyflyrau iechyd/Anaf	2	1	2	Systemau cyfaill Ffôn symudol	ü ü		2	1	2

Cyf.	Perygl	Person(au) sy'n cael eu hamlygu i'r Perygl	Y Risg a Nodwyd	Sgôr Risg Pur			Mesurau Rheoli Gofynnol	Ar Waith		Sgôr Risg Weddilliol		
				C	T	R		Ie	Na	C	T	R
							Adrodd a rheoli digwyddiadau	ü				
11			Llai o gymorth/ Cyfathrebu gyda/gan gydweithwyr (gweithio y tu allan i oriau/yn y nos	3	2	6	Systemau cyfaill Ffôn symudol Adrodd a rheoli digwyddiadau	ü ü ü		2	2	4
12	Gweithio ar Eich Pen Eich Hun (Swyddfa neu Gartref)	Staff	Damwain	3	1	3	Canllawiau gweithio hyblyg a gweithio gartref Polisi ar gyfer y Rhai sy'n Gweithio ar eu Pen eu Hunain Systemau cyfaill Adrodd a rheoli digwyddiadau	ü ü ü ü		3	1	3

Cyf.	Perygl	Person(au) sy'n cael eu hamlygu i'r Perygl	Y Risg a Nodwyd	Sgôr Risg Pur			Mesurau Rheoli Gofynnol	Ar Waith		Sgôr Risg Weddilliol		
				C	T	R		Ie	Na	C	T	R
							Dulliau cyfathrebu	ü				
13			Mynediad i adeiladau heb olau	3	1	3	Asesiad Risg Asesiad risg deinamig Y gwasanaeth yn darparu tortsh Hysbysu deiliad y tŷ o'r peryglon a gofyn iddynt gymryd camau gweithredu. Materion mynediad wedi'u trosglwyddo i bob ymwelydd er mwyn sicrhau gwiliadwriaeth. Adolygu amseroedd ymweld i oriau golau dydd.	ü		2	1	2
								ü				
								ü				
								ü				
								ü				

Cyf.	Perygl	Person(au) sy'n cael eu hamlygu i'r Perygl	Y Risg a Nodwyd	Sgôr Risg Pur			Mesurau Rheoli Gofynnol	Ar Waith		Sgôr Risg Weddilliol		
				C	T	R		Ie	Na	C	T	R
							Ystyried gohirio ymweliadau.	ü				
								ü				
14			Peryglon Llithro/Baglu ar y safle. Rygiau, gwifrau llusgo	3	1	3	Asesiad Risg Asesiad risg deinamig Hysbysu deiliad y tŷ o'r peryglon a gofyn iddynt gymryd camau gweithredu. Materion mynediad wedi'u trosglwyddo i bob ymwelydd er mwyn sicrhau gwyliadwriaeth.	ü		1	1	1
								ü				
								ü				
								ü				

Cyf.	Perygl	Person(au) sy'n cael eu hamlygu i'r Perygl	Y Risg a Nodwyd	Sgôr Risg Pur			Mesurau Rheoli Gofynnol	Ar Waith		Sgôr Risg Weddilliol		
				C	T	R		Ie	Na	C	T	R
15			Cyffuriau/cyfarpar (Amlygiad i gyffuriau sytotocsig ac yn y blaen)	4	2	8	Polisiâu/gweithdrefnau Hyfforddiant codi a chario diogel. Darparu Cyfarpar Diogelu Personol (PPE). Darparu citiau gollyngiadau. Darparu trefniadau gwaredu.	ü ü ü ü		1	1	1
16			Gweithio uchder/Gofod cyfyng/nwy ar	5	2	10	Mae'n rhaid ysgrifennu asesiadau risg penodol a'u dilyn	ü		5	1	5

Cyf.	Perygl	Person(au) sy'n cael eu hamlygu i'r Perygl	Y Risg a Nodwyd	Sgôr Risg Pur			Mesurau Rheoli Gofynnol	Ar Waith		Sgôr Risg Weddilliol		
				C	T	R		Ie	Na	C	T	R
			cywasgedig /gosodiadau trydanol (Marwolaeth, anaf difrifol)				Hyfforddiant/cymhwyse dd cyfredol Systemau cyfaill lleol ar waith PPE priodol Ffôn symudol	ü ü ü ü				

Canlyniad X Tebygolrwydd = Cyfanswm y Risg (C x T = R)

COCH **ANGEN SYLW AR UNWAITH** Prif Flaenoriaeth – ni ddylid caniatáu i hyn barhau **Mae'n RHAID hysbysu eich Rheolwr llinell am bob risg GOCH**

OREN	ANGEN SYLW	Cyn gynted â phosibl.
MELYN	ANGEN LLEIHAU RISG	Cyn gynted ag y bo'n rhesymol ymarferol
GWYRDD	NID OES ANGEN UNRHYW GAMAU BRYD	Gellir goddef y risg am y tro, mae angen ei hadolygu'n rheolaidd, yn enwedig ar ôl newidiadau.

25 Atodiad Ch – Y broses uwchgyfeirio ar gyfer rhywun sy'n gweithio ar ei ben ei hun sydd ar goll

- Dylai staff sicrhau bod eu calendrau wedi'u diweddarau yn ddyddiol gyda'u lleoliadau gan gynnwys absenoldebau (gwylliau blynyddol, TOIL, hyfforddiant etc).
- Mae staff hefyd yn gyfrifol am sicrhau bod eu gwybodaeth ar y Rhestr Enwau Cyswllt Mewn Argyfwng yn gyfredol gyda'u rheolwyr llinell.
- Dylai calendrau pob aelod o staff fod ar gael i bob Rheolwr Tîm.

[graphic]

[Lone worker to...] Y sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun i nodi cyfaill a rhoi gwybod iddynt:

- Ble maent yn mynd (dylai'r manylion hyn fod ar gael hefyd ar eich calendr).
- Pa mor hir yr ydych yn disgwyl bod yno – yn arbennig os ydych yn mynd i ardal â 'signal gwael'.
- A ydych yn dychwelyd i'r swyddfa wedyn ai peidio.

[Buddy] Cyfaill

[Note the details...] Nodwch fanylion y sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun, gan gynnwys yr amser cwblhau disgwyledig a rhif ei ffôn symudol.

[Contact should be...] Dylid cadw mewn cysylltiad gyda chyfaill os bydd apwyntiad yn cymryd mwy o amser na'r disgwyl, neu os bydd cynlluniau'n newid.

[Buddy] Cyfaill

[Buddy to maintain...] Cyfaill i gadw mewn cysylltiad â'r aelod o staff.

[When the appointment...] Pan fydd yr apwyntiad wedi'i gwblhau, cysylltwch â'ch cyfaill eto i roi gwybod iddynt eich bod yn gadael.

[Buddy] Cyfaill

[If the agreed...] Os yw amser cwblhau'r apwyntiad wedi pasio ac nad yw'r sawl sy'n gweithio ar ei ben ei hun wedi cysylltu â chi, ffoniwch eu ffôn symudol a'r cyfrifyfr os bydd hynny'n briodol.

[If still no response...] Os na fydd ymateb o hyd, ffoniwch eto 10 munud yn ddiweddarach. Parhewch i'w ffonio bob deg munud hyd at bedair gwaith. Os na fydd ymateb, mae angen uwchgyfeirio i'r rheolwr tîm/llinell.

[Escalate] Uwchgyfeirio

[Manager...] **Rheolwr**

Adolygu'r camau gweithredu a gymerwyd hyd yma. Ystyried a oes angen unrhyw gamau pellach – Asesu risg (Swyddog Gweithredol ar alw)

[REPORTING...] **Y BROSES ADRODD**

Adolygu gyda'r cyfaill y camau gweithredu a gymerwyd hyd yma

Hysbysu'r heddlu bod person ar goll a chael rhif digwyddiad -

Nad yw'n frys 101

Brys 999

