Cymru Iach ar Waith
Healthy Working Wales

Tachwedd 2022

Croeso i E-fwletin Cymru Iach ar Waith

Mae'r e-fwletin misol yn darparu diweddariadau rheolaidd gan dîm Cymru Iach ar Waith, canllawiau Covid-19, newyddion ynghylch iechyd a llesiant yn y gweithle yn ogystal â dolenni i ymgyrchoedd a digwyddiadau sydd ar ddod.

Mae croeso i chi rannu hwn gyda'ch cydweithwyr a'ch rhwydweithiau. Mae gwybodaeth tanysgrifio i'w gweld isod.

Gwiriad Statws Uwch Cymru Iach ar Waith

Mae Cymru Iach ar Waith (CIW) yn y broses o ddatblygu model cyflwyno a rhaglen wobrwyo newydd i ehangu ei chyrhaeddiad i ragor o weithleoedd.

Wrth i ni drosglwyddo i'r rhaglen wobrwyo newydd, rydym wedi datblygu datrysiad interim o'r enw'r '**Gwiriad Statws Uwch**', ar gyfer cyflogwyr presennol CIW sydd â gwobr neu wiriad statws cyfredol ar fin dod i ben.

Llongyfarchiadau i'r sefydliadau isod sydd wedi ail-ddilysu'r #GwiriadStatwsUwch am 12 mis arall.

GWOBR RHAGORIAETH AUR CIW HWW GOLD EXCELLENCE AWARD

RCS
Dwr Cymru Welsh Water
Coleg y Cymoedd
Cwtsch y Clos Nursery
Cylch Meithrin Ffynnonwen
Cymru Care Training LTD
Noah's Ark Childcare

Itec Skills and Employment
CGI IT UK Ltd

Helpwch i Atal Ymlediad Heintiau yn y Gweithle

Er bod heintiau Covid yn gymharol sefydlog ledled y DU ar hyn o bryd, mae feirysau eraill fel y ffliw, norofeirws, a'r feirws anadlol cyffredin RSV yn cynyddu, yn ôl y data diweddaraf.

Mae tymor y ffliw wedi cychwyn yn gynnar eleni ac mae arbenigwyr iechyd y cyhoedd yn disgwyl tymor ffliw sylweddol y gaeaf hwn am y tro cyntaf ers y pandemig. Er bod cyfyngiadau cyfreithiol yn ymwneud â Covid wedi newid, dylai pawb yn y gweithle barhau i fod yn ymwybodol o iechyd a llesiant y rhai o'u cwmpas trwy aros gartref os oes ganddynt symptomau.

Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn annog pawb yng Nghymru sy'n gymwys i gael brechlyn ffliw neu atgyfnerthiad Covid-19 y gaeaf hwn i fanteisio ar y cynnig. I ddarganfod a ydych yn gymwys, cliciwch **yma**.

Gwasanaeth Cymorth Iechyd ac Anabledd Gweithwyr

Mae'r gwasanaeth Cymorth Iechyd ac Anabledd Gweithwyr newydd wedi'i ddatblygu gan yr Adran Gwaith a Phensiynau (DWP) i helpu cyflogwyr a rheolwyr i ddarparu gwell cymorth i bobl anabl a'r rhai â chyflyrau iechyd yn y gweithle.

Mae wedi'i greu i annog amgylcheddau gwaith mwy cynhwysol, wedi'i anelu'n benodol at fusnesau llai, nad oes gan lawer ohonynt adnoddau dynol na chymorth iechyd galwedigaethol mewnol.

Bydd canllawiau rhad ac am ddim y Gwasanaeth yn helpu i reoli absenoldebau a chadw mewn cysylltiad, cael sgyrsiau gyda gweithwyr sydd i mewn ac allan o waith, a phenderfynu ar newidiadau i helpu gweithwyr i aros neu ddod yn ôl i'r gwaith.

Am wybodaeth ychwanegol, cliciwch **yma**.

Dyddiad allweddol ar gyfer Rhagfyr 2022

Diwrnod AIDS y Byd (Saesneg yn unig) (01 Rhagfyr)

Nod Diwrnod AIDS y Byd yw cefnogi pobl sydd â HIV a chodi ymwybyddiaeth y cyhoedd o HIV.

I gyflogwr, mae nodi Diwrnod AIDS y Byd yn datgelu ymrwymiad gwirioneddol i gydraddoldeb ac amrywiaeth a gall ddangos i gleientiaid a gweithwyr ei fod yn fusnes cynhwysol sy'n ymdrechu i fod yn gefnogol i bobl sy'n byw gyda HIV. Gall cyflogwyr ddefnyddio rhubanau coch, posteri a deunyddiau eraill i godi ymwybyddiaeth o HIV yn y gweithle ac i helpu i godi arian ar gyfer yr Ymddiriedolaeth AIDS Genedlaethol.

I gael mynediad at yr adnoddau hyn, ac am wybodaeth ychwanegol, cliciwch **yma**. (Saesneg un unig)

Diwrnod Rhyngwladol Pobl ag Anableddau (Saesneg yn unig) (03 Rhagfyr)

Mae Diwrnod Rhyngwladol Pobl ag Anableddau yn ddiwrnod o gydnabyddiaeth a arweinir gan y Cenhedloedd Unedig sy'n hyrwyddo hawliau pobl ag anableddau.

Nod y digwyddiad yw cynyddu ymwybyddiaeth a llesiant pobl anabl, ac mae hefyd yn tynnu sylw at y camau y dylem i gyd eu cymryd i greu cymunedau mwy amrywiol a hygyrch.

Fel yr amlinellwyd uchod, mae DWP wedi datblygu gwasanaeth newydd i helpu cyflogwyr a rheolwyr i ddarparu gwell cymorth i bobl anabl a'r rhai â chyflyrau iechyd yn y gweithle.

I gael rhagor o wybodaeth am Ddiwrnod Rhyngwladol Pobl ag Anableddau, cliciwch **yma**. (Saesneg yn unig)

Canllawiau Diweddaraf COVID-19

I **gadw Cymru'n ddiogel** cofiwch y canlynol:

- **Cael y ddau frechlyn, a'r brechlyn atgyfnerthu**
- **Mae rhaglen atgyfnerthu COVID-19 ar gyfer yr hydref wedi dechrau yng Nghymru**
- Mae'n fwy diogel y tu allan na dan do
- Os oes gennych chi symptomau, **arhoswch adref ac osgoi dod i gysylltiad â phobl eraill**
- Gwisgwch fasg mewn lleoliadau gofal iechyd a mannau dan do gorlawn.

Gellir dod o hyd i gyfeiriadur cymorth, canllawiau a chwestiynau cyffredin Busnes Cymru **yma**.

I gofrestru ar gyfer e-fwletinau Cymru Iach ar Waith misol ac i weld rhifynnau blaenorol, cliciwch **yma**.

Cymru Iach Ar Waith