

## Trosolwg

Mae'r safon hon yn nodi'r gofynion wrth hybu gweithle iach a diogel. Mae hyn yn cynnwys hybu iechyd a diogelwch yn y gweithle, cefnogi eraill i wneud hynny, a modelu arferion gweithio sy'n iach ac yn ddiogel.

## Meini prawf perfformiad

### *Rhaid i chi allu:*

1. nodi a chytuno ar rolau a chyfrifoldebau eich hun, unigolion ac eraill i hybu gweithle iach a diogel
2. cael gafael ar weithdrefnau iechyd a diogelwch ac asesiadau risg a'u dilyn, a chefnogi eraill i wneud hynny
3. sicrhau eich hylendid personol, eich iechyd a'ch ymddangosiad i hybu gweithle iach a diogel, a chefnogi eraill i wneud hynny
4. rheoli eich iechyd meddwl a llesiant meddyliol
5. gofyn am gymorth mewn perthynas â phryderon yn y gweithle, a chefnogi eraill i wneud hynny
6. modelu arferion gorau i hybu diogelwch yn y gweithle, a chefnogi unigolion ac eraill i wneud hynny
7. hybu'r defnydd o ddulliau adnabod yn y gweithle a bod yn ymwybodol o bwy sydd yno
8. nodi peryglon iechyd a diogelwch yn yr amgylchedd gwaith, a chefnogi unigolion ac eraill i wneud hynny
9. asesu a gwerthuso'r risgiau sy'n gysylltiedig â pheryglon a nodwyd
10. rheoli'r risgiau a nodwyd yn unol â'ch rôl, eich cyfrifoldebau, eich lleoliad a phrosesau'r gweithle
11. cefnogi unigolion neu eraill sy'n ymwneud â sefyllfaoedd peryglus a sicrhau unrhyw gymorth pellach
12. cyflawni eich rolau a'ch cyfrifoldebau i reoli peryglon nes byddant wedi cael eu datrys neu eu trosglwyddo i rywun arall
13. gweithio mewn partneriaeth ag unigolion ac eraill i werthuso a chytuno ar gamau i atal neu leihau peryglon pellach
14. defnyddio'r camau y cytunwyd arnynt ac asesiadau risg i atal neu leihau peryglon, a chefnogi eraill i wneud hynny
15. paratoi ar gyfer argyfyngau o fewn eich maes cyfrifoldeb, yn unol â gweithdrefnau ac asesiadau risg y gweithle
16. cwblhau'r cofnodion a'r adroddiadau sydd eu hangen ar gyfer hybu gweithle iach a diogel
17. myfyrio ar sut y gwnaethoch chi gyflawni eich rolau a'ch cyfrifoldebau i hybu gweithle iach a diogel

## Gwybodaeth a dealltwriaeth

### *Mae angen i chi wybod a deall:*

1. agweddau ar eich hylendid, eich iechyd a'ch ymddangosiad eich hun a all hybu gweithle iach a diogel
2. rôl atal a rheoli heintiau a chyfarpar diogelu personol wrth gefnogi gweithle iach a diogel
3. sut mae cael cydbwysedd iach rhwng bywyd a gwaith a chefnogi eraill i sicrhau hynny
4. achosion cyffredin straen yn y gweithle
5. pwysigrwydd urddas, caredigrwydd a thosturi wrth hybu gweithle iach a diogel
6. sut mae defnyddio dyfeisiau ac adnoddau digidol i hybu gweithle iach a diogel
7. sut mae cael gafael ar weithdrefnau iechyd a diogelwch ac asesiadau risg a'u dilyn, a chefnogi eraill i wneud hynny
8. rôl asesiadau risg o ran rheoli risgiau a chefnogi unigolion i gymryd risgiau cadarnhaol
9. dylanwad niwrowahaniaeth ac anghenion ychwanegol ar asesiadau risg iechyd a diogelwch
10. gwahanol fathau o beryglon iechyd a diogelwch a all godi yn eich gweithle
11. gwahanol fathau o argyfyngau a all godi yn eich gweithle
12. sut mae eich rôl, eich cyfrifoldebau a'ch lleoliad yn dylanwadu ar y ffordd rydych yn delio â sefyllfaoedd peryglus
13. sut mae asesu a rheoli risgiau mewn sefyllfaoedd peryglus
14. sut mae cefnogi rheoleiddio emosiynol mewn sefyllfaoedd brys a pheryglus
15. ffordd o gynorthwyo unigolion ac eraill yn ystod sefyllfaoedd peryglus
16. sut mae defnyddio egwyddorion sy'n ystyriol o drawma i hybu gweithle iach a diogel
17. eich cyfrifoldeb i gadw chi eich hun, unigolion ac eraill yn ddiogel yn y gweithle
18. dylanwad diwylliant a chefnidir ar ganfyddiadau o beryglon iechyd a diogelwch
19. sut mae monitro pwy sydd yn y gweithle, ble maen nhw, a chefnogi eraill i wneud hynny
20. y mathau o bryderon diogelwch a sut i ymdrin â nhw
21. ystyriaeth allweddol wrth weithio ar eich pen eich hun yn unol â gweithdrefnau'r gweithle
22. y mathau o ymarferion argyfwng a pha mor aml y cânt eu cynnal, a'ch rôl wrth baratoi ar gyfer argyfyngau

23. rôl asesiadau risg wrth baratoi ar gyfer argyfyngau
24. y cofnodion a'r adroddiadau sydd eu hangen ar gyfer hybu gweithle iach a diogel
25. damcaniaethau sy'n berthnasol i hybu gweithle iach a diogel
26. y gofynion cyfreithiol, y safonau ymarfer, y fframweithiau a'r canllawiau perthnasol ar gyfer hybu gweithle iach a diogel
27. gofynion y gweithle mewn perthynas â chydraddoldeb, amrywiaeth, cynhwysiant a hawliau wrth hybu gweithle iach a diogel
28. sut mae gweithio mewn partneriaeth ag eraill i hybu gweithle iach a diogel
29. sut mae eich profiadau personol a'ch rhagfarn ddiarwybod yn gallu effeithio wrth hybu gweithle iach a diogel, a sut i fynd i'r afael â hyn
30. rôl goruchwyliaeth, ymarfer myfyriol, a dysgu a datblygu mewn gweithle iach a diogel

## Geirfa

Mae'r eirfa ar gyfer y Safon Alwedigaethol Genedlaethol hon ar gael ar wefan Sgiliau Gofal a Datblygu.

<b>Datblygwyd gan</b>	Skills for Care & Development
<b>Fersiwn rhif</b>	1
<b>Dyddiad cymeradwyo</b>	31 Ion 2026
<b>Dyddiad Adolygu Dangosol</b>	31 Ion 2031
<b>Dilysrwydd</b>	Ar hyn o bryd
<b>Statws</b>	Gwreiddiol
<b>Sefydliad cychwynnol</b>	Skills for Care and Development
<b>RCU gwreiddiol</b>	HSCCLD32
<b>Galwedigaethau perthnasol</b>	Gofal Cymdeithasol a Gofal Plant
<b>Cyfes/Set</b>	Iechyd a Gofal Cymdeithasol a Gofal Plant, Dysgu a Datblygu
<b>Geiriau Allweddol</b>	Gweithle, Iach, Diogel, Iechyd a Gofal Cymdeithasol a Gofal Plant, Dysgu a Datblygu