

## Plethu a throelli gwallt

---

### Trosolwg

Mae'r safon hon yn ymwneud â defnyddio technegau plethu a throelli er mwyn creu amrywiaeth o wahanol olygon. Bydd angen medrusrwydd corfforol ar raddfa uchel.

Er mwyn gweithredu'r safon hon, bydd angen ichi gynnal a chadw iechyd, diogelwch a hylendid ar raddfa uchel drwy gydol eich gwaith. Bydd rhaid ichi hefyd gynnal a chadw ymddangosiad personol proffesiynol ac arddangos sgiliau cyfathrebu effeithiol.

Prif ddeilliannau'r safon hon yw:

1. cynnal a chadw dulliau diogel o weithio wrth blethu a throelli gwallt
2. plethu a throelli gwallt

## Meini prawf perfformiad

### Rhaid i chi allu:

#### Cynnal a chadw dulliau effeithiol a diogel o weithio wrth blethu a throelli gwallt

\*  
\*

1. cynnal a chadw eich cyfrifoldebau dros iechyd a diogelwch drwy gydol y gwasanaeth
2. paratoi eich cleient er mwyn bodloni gofynion y salon
3. diogelu dillad eich cleient drwy gydol y gwasanaeth
4. gosod eich cleient mewn safle sy'n bodloni anghenion y gwasanaeth heb iddyn nhw fod yn anghysurus
5. sicrhau bod eich osgo a'ch safle chi eich hun wrth weithio yn lleihau blinder a'r risg o anaf
6. cadw eich ardal waith yn lân a thaclus drwy gydol y gwasanaeth
7. defnyddio dulliau gweithio sy'n:

7.1 lleihau'r risg o ddifrod i offer

7.2 lleihau gwastraff **cynhyrchion**

7.3 lleihau'r risg o groes-heintiad

7.4 gwneud defnydd effeithiol o'ch amser gweithio

7.5 sicrhau'r defnydd o adnoddau glân

7.6 lleihau'r risg o niwed neu anaf i chi eich hun ac eraill

7.7 hybu arferion gweithio amgylcheddol a chynaliadwy

8. sicrhau bod eich hylendid, eich diogelwch a'ch ymddangosiad personol yn bodloni gofynion derbyniol y diwydiant a'r sefydliad
9. dilyn cyfarwyddiadau'r gweithle a'r cyflenwyr neu'r gwneuthurwyr er mwyn gwneud defnydd diogel o gyfarpar, defnyddiau a

Plethu a throelli gwallt

---

**chynhyrchion**

- 10. gwared defnyddiau gwastraff
- 11. cwblhau'r gwasanaeth o fewn amser masnachol ymarferol

**Plethu a throelli gwallt**

- 12. pennu'r **ffactorau** sy'n debygol o ddylanwadu ar y gwasanaeth
- 13. cadarnhau gyda'ch cleient yr **olwg** y cytunwyd arni yn yr ymgynghoriad cyn ac yn ystod y gwasanaeth
- 14. rheoli eich offer er mwyn lleihau'r perygl o niwed i'r gwallt a'r croen pen, anghysur y cleient ac er mwyn cael yr **olwg** a ddymunir
- 15. ymrannu'r adrannau'n lân a chyfartal er mwyn sicrhau cyfeiriad y **blethen/plethau a'r torchau**
- 16. clymu unrhyw wallt nad yw'n cael ei blethu neu ei droelli er mwyn cadw pob rhan yn amlwg weladwy
- 17. cynnal a chadw tyndra priodol a chyfartal drwy gydol y gwasanaeth
- 18. rheoli a gosod gwallt eich cleient yn sOWNd drwy gydol y prosesau plethu a throelli
- 19. taenu **cynhyrchion** addas, pan fydd angen y rheiny, er mwyn bodloni gofynion y steil
- 20. ymgynghori â'ch cleient yn ystod y gwasanaeth er mwyn sicrhau bod y tyndra yn gyfforddus
- 21. addasu tyndra'r **plethau** a neu'r torchau, pan fydd angen, gan osgoi niwed i'r gwallt a lleihau anghysur eich cleient
- 22. sicrhau bod cyfeiriad a chydbwysedd y **blethen/plethau** a neu'r **torchau** gorffenedig yn cyflawni'r olwg a ddymunir
- 23. cadarnhau bod eich cleient yn fodlon â'r olwg orffenedig
- 24. rhoi **cyngor ac argymhellion** i'ch cleient ar y gwasanaeth a ddarperir

## Gwybodaeth a dealltwriaeth

Mae angen i chi wybod a deall:

**Cynnal a chadw dulliau effeithiol a diogel o weithio wrth blethu a throelli gwallt**\*  
\*

1. eich cyfrifoldebau dros **iechyd a diogelwch** fel y maent wedi eu diffinio gan unrhyw ddeddfwriaeth benodol sy'n gysylltiedig â'ch rôl swydd
2. gofynion eich salon ynglŷn â pharatoi cleient
3. y mathau o ddillad gwarchod a ddylai fod ar gael i'r cleientiaid
4. sut y gall safle eich cleient a chi eich hun gael effaith ar y canlyniad a ddymunir a lleihau blinder a'r risg o anaf
5. pam ei bod yn bwysig cadw eich ardal waith yn lân a thaclus
6. y defnydd a'r dull cynnal a chadw cywir mewn perthynas ag offer a chyfarpar
7. pam ei bod yn bwysig osgoi croes-heintiad a phla
8. dulliau gweithio'n ddiogel ac yn lanwaith ac sy'n lleihau'r risg o groes-heintiad a thraws-bla
9. pwysigrwydd gosod eich cyfarpar a'ch offer wrth law er mwyn hwyluso eu defnyddio
10. dulliau glanhau, diheintio a sterileiddio a ddefnyddir mewn salonau
11. y peryglon a'r risgiau sy'n bod yn eich gweithle a'r arferion gweithio diogel sy'n rhaid i chi eu dilyn
12. y gwahanol fathau o ddulliau gweithio sy'n hybu **arferion gweithio amgylcheddol a chynaliadwy**
13. pwysigrwydd hylendid a hunan-gyflwyniad personol er mwyn cynnal a chadw **iechyd a diogelwch** yn eich gweithle
14. cyfarwyddiadau'r cyflenwyr a'r gwneuthurwyr ar gyfer gwneud defnydd diogel o gyfarpar, defnyddiau a chynhyrchion y mae'n rhaid i chi eu dilyn

Plethu a throelli gwallt

---

- 15. y dulliau cywir o wared gwastraff
- 16. amserau gwasanaeth disgwyledig eich salon ar gyfer plethu a throelli gwallt

**Plethu a throelli gwallt**

- 17. sut y mae gwahanol **ffactorau** yn dylanwadu ar y dewis ac ar gyfeiriad steil sydd wedi'i blethu neu ei droelli
- 18. pwysigrwydd rheoli eich offer a'ch cyfarpar i leihau'r risg o niwed i'r gwallt a'r croen pen ac atal anghysur i'ch cleient
- 19. pwysigrwydd ymrannu'r gwallt yn fanwl gywir wrth blethu a throelli
- 20. dulliau gosod y plethau a'r torchau yn sownd
- 21. sut i drin a thrafod y gwallt wrth blethu a throelli er mwyn cynnal a chadw tyndra cywir a chyfartal
- 22. pwysigrwydd cadarnhau cyfforddusrwydd y cleient yn ystod y broses blethu a throelli
- 23. y mathau o gynhyrchion sydd ar gael i'w defnyddio gyda phlethau a thorchau
- 24. pryd a pham y byddech yn defnyddio gwahanol fathau o gynhyrchion
- 25. pwysigrwydd defnyddio cynhyrchion yn ddarbodus
- 26. cyfarwyddiadau'r gwneuthurwyr mewn perthynas â defnyddio'r cynhyrchion
- 27. sut i greu gwahanol blethi a thorchau
- 28. canlyniadau posib gor-dyndra ar y gwallt
- 29. effeithiau corfforol plethu a throelli ar ffurfiant y gwallt
- 30. gofynion datod plethau a thorchau
- 31. pwysigrwydd darparu **cyngor ac argymhellion** ar y cynhyrchion a'r gwasanaethau a ddarperir yn y salon

## Cwmpas/Ystod cysylltiedig â meini prawf perfformiad

### **1. Cynhyrchion**

1.1 chwistrellau

1.2 sera

1.3 geliau

### **2. Ffactorau**

2.1 nodweddion gwallt

2.2 dosbarthiad gwallt

2.3 siâp wyneb a phen

2.4 hyd gwallt

2.5 cyflwr croen pen

2.6 golwg a ddymunir

### **3. Plethau a thorchau**

3.1 Lluos-resi yd

3.2 Pleth Ffrengig

3.3 Pleth cynffon pysgodyn

3.4 Torchau dau gudyn

3.5 Torchau gwastad

### **4. Cyngor ac argymhellion**

4.1 sut i gynnal a chadw eu golwg

4.2 sut i ddatod plethau a thorchau

4.3 cynhyrchion a gwasanaethau presennol ac i'r dyfodol

---

## Cwmpas/Ystod cysylltiedig â gwybodaeth a dealltwriaeth

### \*\*1. Iechyd a diogelwch

\*\*Eich cyfrifoldebau dros iechyd a diogelwch fel y maent yn cael eu diffinio gan unrhyw ddeddfwriaeth benodol sy'n gysylltiedig â'ch rôl swydd

#### 1.1 Deddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith

#### 1.2 Rheoliadau Adrodd ar Anafiadau, Clefydau a Digwyddiadau Peryglus (*RIDDOR*)

#### 1.3 Rheoliadau Iechyd a Diogelwch (Cymorth Cyntaf)

#### 1.4 Gorchymyn Diwygio Rheoleiddio (Diogelwch Tân)

#### 1.5 Rheoliadau Gweithrediadau Codi a Chario

#### 1.6 Rheoliadau Rheoli Sylweddau Peryglus i Iechyd (*COSHH*)

#### 1.7 Rheoliadau Trydan yn y Gweithle

#### 1.8 Deddf Diogelu'r Amgylchedd

#### 1.9 Rheoliadau Rheoli Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith

#### 1.10 Rheoliadau Iechyd a Diogelwch (Gwybodaeth i Weithwyr)

### **2. Arferion gweithio amgylcheddol a chynaliadwy**

\*\*

\*\*y gwahanol fathau o ddulliau gweithio sy'n hybu arferion gweithio amgylcheddol a chynaliadwy

#### 2.1 Lleihau gwastraff a rheoli gwastraff (ailgylchu, aildddefnyddio, gwaredu diogel)

#### 2.2 Lleihau'r defnydd o ynni (sychwyr gwallt ynni-ffeithlon, golau rhad-ar-ynni, defnyddio paneli solar)

#### 2.3 Lleihau'r defnydd o ddŵr ac adnoddau eraill

#### 2.4 atal llygredd

## Plethu a throelli gwallt

---

2.5 defnyddio eitemau tafladwy (tywelion hawdd eu sychu)

2.6 defnyddio dodrefn ecogyfeillgar wedi'u hailgylchu

2.7 defnyddio paent cemegau isel

2.8 defnyddio cynhyrchion gwallt organig a rhydd o alergedd

2.9 defnyddio lliwyddion gwallt amonia isel iawn

2.10 defnyddio deunydd pacio cynnyrch ecogyfeillgar

2.11 dewis cynhyrchion domestig cyfrifol (te a choffi Masnach Deg)

2.12 annog teithiau lleihau carbon i'r gwaith

### 3. Ffactorau

Y gwahanol ffactorau y mae'n rhaid eu hystyried cyn ac yn ystod plethu a throelli a sut y gall y rhain effeithio ar y gwasanaeth

3.1 nodweddion gwallt

3.2 dosbarthiad gwallt

3.3 siâp wyneb a phen

3.4 hyd gwallt

3.5 cyflwr croen pen

3.6 golwg a ddymunir

### 4. Cyngor ac argymhellion

\*

\*

4.1 gwasanaethau ychwanegol

4.2 cynhyrchion ychwanegol



## Gwerthoedd

1. Mae'r **Gwerthoedd Allweddol** canlynol yn tanategu cyflenwi gwasanaethau yn y sector trin gwallt a gwaith barbwr:
  - 1.1 parodrwydd i ddysgu cwblhau gwasanaethau mewn amser masnachol ymarferol
  - 1.2 bodloni safonau ymddangosiad y sefydliad a'r diwydiant fel ei gilydd
  - 1.3 sicrhau bod hylendid a diogelwch personol yn bodloni gofynion derbynol y diwydiant a'r sefydliad
  - 1.4 agwedd hyblyg tuag at waith
  - 1.5 gweithiwr tîm
  - 1.6 cynnal a chadw gofal cwsmeriaid
  - 1.7 agwedd gadarnhaol
  - 1.8 moeseg bersonol a phroffesiynol
  - 1.9 y gallu i hunan-reoli
  - 1.10 sgiliau creadigrwydd
  - 1.11 sgiliau cyfathrebu geiriol a chyfathrebu di-eiriau ardderchog
  - 1.12 cynnal a chadw dulliau gweithio effeithiol, hylan a diogel
  - 1.13 cadw at gyfarwyddiadau'r gweithle, y cyflenwyr neu'r gwneuthurwyr er mwyn defnyddio cyfarpar, defnyddiau a chynhyrchion yn ddiogel

## Ymddygiadau

1. Mae'r **ymddygiadau** canlynol yn tanategu'r dasg o gyflenwi gwasanaethau yn y sector trin gwallt a gwaith barbwr. Mae'r ymddygiadau hyn yn sicrhau bod cleientiaid yn cael argraff gadarnhaol o'r salon a'r unigolyn fel ei gilydd
  - 1.1 bodloni safonau ymddygiad y salon
  - 1.2 cyfarch y cleient yn barchus ac mewn ffordd gyfeillgar
  - 1.3 cyfathrebu gyda'r cleient mewn ffordd sy'n gwneud iddi/iddo deimlo'n werthfawr ac yn barchus
  - 1.4 adnabod a chadarnhau disgwyliadau'r cleient
  - 1.5 trin y cleient mewn ffordd gwrtais a gwasanaethgar ar bob adeg
  - 1.6 rhoi'r wybodaeth ddiweddaraf i'r cleient a'i chadw/gadw'n gysurlon
  - 1.7 addasu'r ymddygiad er mwyn ymateb yn effeithiol i ymddygiad gwahanol gleientiaid
  - 1.8 ymateb yn brydlon i gleient sy'n ceisio cymorth
  - 1.9 dewis y ffordd fwyaf priodol o gyfathrebu gyda'r cleient
  - 1.10 cadarnhau gyda'r cleient eich bod wedi deall ei disgwyliadau /ddisgwyliadau yn llwyr
  - 1.11 ymateb yn brydlon a chadarnhaol i gwestiynau a sylwadau'r cleient
  - 1.12 rhoi amser i'r cleient ystyried yr ymateb a chynnig esboniad pellach pan fydd

## Plethu a throelli gwallt

hynny'n briodol

1.13 dod o hyd i wybodaeth ar fyr dro fydd o gymorth i'r cleient

1.14 rhoi i'r cleient y wybodaeth sydd ei hangen arni/ arno am y gwasanaethau neu'r cynhyrchion a gynigir gan y salon

1.15 adnabod gwybodaeth all fod yn gymhleth i'r cleient a gwirio a yw hi/e yn ei deall yn llwyr

1.16 esbonio'n glir wrth y cleientiaid unrhyw resymau pam na ellir cyfarfod â'u hanghenion neu eu disgwyliadau

## Geirfa

### 1. Dosbarthiad Gwallt (canllaw yn unig yw hwn) \*\*

1.1 Ffein/Tenau – y gwallt yn tueddu bod yn sidanaidd iawn, yn sgleiniog a seimlyd, a gall fod yn anodd dal cyrlen.

1.2 Canolig – llawer o cyfaint a swmp yn perthyn i'r gwallt

1.3 Bras – y gwallt fel arfer yn syth dros ben ac yn anodd ei gyrlio.

Math 2 – Gwallt tonnog

2.1 Ffein/Tenau – patrwm "S" pendant i'r gwallt. Fel arfer gall ddal gwahanol steiliau.

2.2 Canolig – y gwallt yn tueddu bod yn grych ac ychydig yn ymwrthol wrth Steilio.

2.3 Bras – y gwallt hwn hefyd yn ymwrthol wrth ei steilio ac yn grych iawn fel arfer; y tonnau'n tueddu bod yn fwy trwchus.

Math 3 – Gwallt cyrliog

3.1 Cwrls llac – ansawdd gyfunol yn tueddu bod i'r gwallt. Gall fod yn drwchus a llawn ac yn swmpus, ac iddo batrwm "S" pendant. Mae hefyd yn tueddu bod yn grych.

3.2 Cwrls tynn – ansawdd gyfunol yn tueddu bod i'r gwallt hyn hefyd; ynghyd â maint cymedrol o gwrls.

Math 4 – Gwallt cyrliog iawn

4.1 Sidanaidd – y gwallt yn tueddu bod yn frau iawn, yn dorchau tynn ac iddo batrwm cyrliog mwy diffiniedig.

4.2 Gwrychog – hefyd yn frau iawn ac yn dorchau tynn; er hynny mae iddo batrwm cyrliog llai diffiniedig – mwy o siâp patrwm "Z".

### 2. Mae **Nodweddion Gwallt** yn cynnwys y canlynol: \*\*

2.1 trwch gwallt

2.2 ansawdd gwallt

2.3 elastigedd gwallt

2.4 mandylledd gwallt

2.5 cyflwr gwallt

2.6 patrymau tyfiant gwallt

\*\*

### 3. Alopesia Hydyniad\*\*

## Plethu a throelli gwallt

Colli gwallt oherwydd gor-dyndra neu dyndra parhaus ar y gwallt, e.e. gwisgo estyniadau'n rheolaidd neu blethu

**4. Rhes Ŷd**

Pleth tri chudyn sy'n eistedd ar ben ei bôn. Gelwir hyn hefyd yn rhes wial.

**5. Pleth Ffrengig**

Fe'i gelwir yn bleth Congo neu bleth Guinea. Pleth sengl, wrthdro yw hon.

**6. Pleth Cynffon Pysgodyn**

Pleth pedwar cudyn sy'n cael ei ffurfio drwy groesi pedwar darn o wallt dros ei gilydd i greu patrwm saethben.

**7. Torch wastad**

Y gwallt yn cael ei rollo a'i droelli â llaw er mwyn iddo orwedd yn wastad ar y croen pen

## Plethu a throelli gwallt

Datblygwyd gan	SkillsActive
Dyddiad cymeradwyo	28 Chwef 2014
Dyddiad Adolygu Dangosol	29 Ebr 2018
Dilysrwydd	Ar hyn o bryd
Statws	Gwreiddiol
Sefydliad cychwynnol	SkillsActive
RCU gwreiddiol	SKAGH13
Galwedigaethau perthnasol	Mentrau mân-werthu a masnachol, Mentrau Gwasanaeth, Galwedigaethau Gwasanaeth Personol, Trinwyr gwallt a Galwedigaethau Cysylltiedig
Cyfes/Set	Trin gwallt, Trin gwallt a barbro
Geiriau Allweddol	Plethu; dolennu gwallt