Llywodraeth Cymru
Welsh Government

www.llyw.cymru
www.gov.wales

Cynllun Cyn-ysgol Iach a Chynaliadwy
Meini Prawf y Wobr Genedlaethol

Tachwedd 2015

Welsh Network of Healthy School Schemes

Cynlluniau Ysgolion Iach - Rhwydwaith Cymru

Cynnwys

Cyflwyniad	2
Nodau	9
Cam Rhagarweiniol	11
Maeth ac Iechyd y Geg	17
Gweithgarwch Corfforol / Chwarae Egnïol	31
Iechyd a Lles Meddyliol ac Emosiynol a Pherthnasoedd	40
Yr Amgylchedd	49
Diogelwch	59
Hylendid	70
Iechyd a Lles yn y Gweithle	84

Cynllun Cyn-ysgol Iach a Chynaliadwy
Meini Prawf y Wobr Genedlaethol

Cyflwyniad

Y Cyd-destun Polisi Cenedlaethol

Ers 2004 mae Llywodraeth Cymru wedi seilio ei pholisi ar gyfer plant a phobl ifanc ar Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn. Caiff gwasanaethau i blant a phobl ifanc yng Nghymru eu cynllunio a'u darparu yng nghyd-destun y saith nod craidd ar gyfer plant a phobl ifanc, sy'n seiliedig ar y Confensiwn, sef:

1. eu bod yn cael dechrau da mewn bywyd;
2. eu bod yn cael ystod gynhwysfawr o gyfleoedd o ran addysg a dysgu;
3. eu bod yn mwynhau'r iechyd gorau posibl ac nad ydynt yn cael eu cam-drin, eu herlid na'u hecsbloetio;
4. eu bod yn cael mynediad i weithgareddau chwarae, gweithgareddau hamdden, gweithgareddau chwaraeon a gweithgareddau diwylliannol;
5. eu bod yn cael gwrandawiad ac yn cael eu trin gyda pharch, a bod eu hunaniaeth o ran hil a diwylliant yn cael ei chydnabod;
6. eu bod yn cael cartref diogel a chymuned sy'n hybu lles corfforol ac emosiynol;
7. nad ydynt dan anfantais oherwydd tlodi.

Mae'r erthyglau canlynol yn berthnasol i'r cynllun hwn:

Erthygl 12: Mae gan blant yr hawl i ddweud eu barn ynghylch yr hyn a ddylai ddigwydd pan fydd oedolion yn gwneud penderfyniadau sy'n effeithio arnynt, a'r hawl i'w barn gael ei hystyried.

Erthygl 23: Dylai plant sydd ag anabledd o unrhyw fath gael gofal a chymorth arbennig.

Erthygl 24: Mae gan blant yr hawl i ofal iechyd, bwyd maethlon ac amgylchedd glân.

Erthygl 31: Mae gan blant yr hawl i ymlacio a chwarae ac ymuno mewn ystod eang o weithgareddau.

Gwreiddiau: Ysgolion Iach

Lansiwyd Cynlluniau Ysgolion Iach – Rhwydwaith Cymru ym 1999 yn dilyn rhaglen beilot 2 flynedd a oedd yn rhan o fenter Sefydliad Iechyd y Byd/y Comisiwn Ewropeaidd/Cyngor Ewrop, sef Rhwydwaith Ysgolion Hybu Iechyd Ewrop. Datblygwyd y cynllun yn dilyn argymhellion gan Grŵp Gorchwyl a Gorffen, a'r bwriad wrth ei sefydlu oedd sicrhau bod cynlluniau ysgolion iach lleol yn cael eu sefydlu mewn partneriaethau iechyd ac addysg ym mhob ardal awdurdod lleol yng Nghymru.

Mae Cynlluniau Ysgolion Iach – Rhwydwaith Cymru yn cynnwys un cynllun ysgolion iach lleol ym mhob awdurdod lleol yng Nghymru, ac mae dros 99% o ysgolion a gynhelir yn cymryd rhan ynddo. Mae pob cynllun yn cyflogi un neu ragor o gydlynwyr ysgolion iach sy'n recriwtio ac yn cynorthwyo ysgolion ac sy'n trefnu hyfforddiant lleol priodol a chyfleoedd achredu. Mae ysgolion yn penodi eu cydlynwyr mewnol eu hunain sy'n gweithio gyda'r cydlynydd ysgolion iach i gynllunio a gweithredu camau a nodir gan yr ysgol. Wrth i ysgolion symud ymlaen drwy'r cynllun, disgwylir i fesurau gwella iechyd wneud gwahaniaeth parhaol i'r modd y caiff bywyd yr ysgol ei drefnu.

Er mwyn sicrhau cysondeb o ran cyflawni, cyflwynwyd Gwobr Ansawdd Genedlaethol Cynlluniau Ysgolion Iach – Rhwydwaith Cymru yn 2010. Mae gan y wobr ddangosyddion clir ar gyfer 4 agwedd ar ymarfer ysgol – Arweinyddiaeth a Chyfathrebu, y Cwricwlwm, Ethos a'r Amgylchedd, a Chynnwys Teuluoedd a'r Gymuned – ar gyfer 7 agwedd ar iechyd (Iechyd a lles meddyliol ac emosiynol; Bwyd a ffitrwydd; Datblygiad personol a pherthnasoedd; Defnyddio a chamddefnyddio sylweddau; Yr amgylchedd; Diogelwch a Hylendid).

Mae'r Cynllun Cyn-ysgol Iach a Chynaliadwy wedi'i ddatblygu fel estyniad i Cynlluniau Ysgolion Iach – Rhwydwaith Cymru, ac mae tebygrwydd clir rhwng y meini prawf a Gwobr Ansawdd Genedlaethol Cynlluniau Ysgolion Iach – Rhwydwaith Cymru.

Beth yw ystyr cynaliadwy yn y cyd-destun hwn?

Mae'r defnydd o'r gair cynaliadwy yn nheitl y Cynllun Cyn-ysgol Iach a Chynaliadwy yn cyfeirio at ystyriaeth i faterion yn ymwneud â chynaliadwyedd amgylcheddol yn rhan o'r gwaith hwn. Yng Nghymru mae datblygu cynaliadwy'n golygu gwella lles economaidd, cymdeithasol ac amgylcheddol pobl a chymunedau, gan sicrhau ansawdd bywyd gwell ar gyfer ein cenhedlaeth ni a chenedlaethau'r dyfodol.

Mae Cynllun Datblygu Cynaliadwy Llywodraeth Cymru, 'Cymru'n Un: Cenedl Un Blaned', yn nodi'r weledigaeth o Gymru gynaliadwy ac yn egluro sut y mae'r gwahanol elfennau sy'n perthyn i ddatblygu cynaliadwy'n cyd-fynd â'i gilydd. Mae hynny'n cynnwys cynaliadwyedd amgylcheddol, sy'n cynnwys gwarchod amgylcheddau lleol a defnyddio adnoddau'n gynaliadwy.

Mae materion sy'n ymwneud ag iechyd hefyd yn elfen allweddol o ddatblygu cynaliadwy, a gobeithir y bydd cysylltu materion sy'n ymwneud ag iechyd â materion sy'n ymwneud â chynaliadwyedd amgylcheddol yn galluogi lleoliadau i feithrin dealltwriaeth well o ddatblygu cynaliadwy'n gyffredinol.

Cysylltiadau â rhaglenni a mentrau eraill

Y Cyfnod Sylfaen

Y Cyfnod Sylfaen yw'r cwricwlwm statudol ar gyfer plant tair i saith oed yng Nghymru, a chafodd ei gyflwyno ym mis Medi 2010. Mae'n annog plant i fod yn greadigol ac yn ddychmygus ac mae'n sicrhau bod dysgu'n fwy pleserus ac yn fwy effeithiol.

Caiff dull Llywodraeth Cymru o ymdrin ag addysg a dysgu gydol oes ei nodi yng nghyd-destun ehangach ein gweledigaeth ar gyfer plant a phobl ifanc. Gellir gweld manylion cynllun deng mlynedd Llywodraeth Cymru ar gyfer y blynyddoedd cynnar a gofal plant yn *Adeiladu Dyfodol Mwy Disglair: Cynllun Blynyddoedd Cynnar a Gofal Plant* (2013).

Dyma'r meysydd dysgu statudol yn y Cyfnod Sylfaen:

- Datblygiad Personol a Chymdeithasol, Lles ac Amrywiaeth Ddiwylliannol
- Sgiliau Iaith, Llythrennedd a Chyfathrebu
- Datblygiad Mathemategol
- Datblygu'r Gymraeg
- Gwybodaeth a Dealltwriaeth o'r Byd
- Datblygiad Corfforol
- Datblygiad Creadigol.

Mae'r Cynllun Cyn-ysgol Iach a Chynaliadwy yn cefnogi egwyddorion sylfaenol a fframwaith dysgu'r Cyfnod Sylfaen drwy gyfrannu at bob un o'r uchod.

Dechrau'n Deg

Mae'r Cynllun Cyn-ysgol Iach a Chynaliadwy yn cefnogi egwyddorion sylfaenol a fframwaith dysgu Dechrau'n Deg drwy gyfrannu at ddarpariaeth gofal plant o safon, datblygiad cymdeithasol ac emosiynol plant, iechyd corfforol plant a chymorth i rieni a'r gymuned, a gall hefyd gyfrannu at waith asesu ac adrodd cyffredinol.

Cynllun Gwên

Rhaglen genedlaethol ar gyfer gwella iechyd y geg yw Cynllun Gwên, ac mae'n ceisio gwella iechyd deintyddol plant yng Nghymru.

Gwobr Iechyd Gweithle Bach

Gwobr iechyd gweithle bach yw'r nod ansawdd cenedlaethol ar gyfer iechyd a lles yn y gweithle i fusnesau a sefydliadau sy'n cyflogi llai na 50 o bobl.

ESTYN

Mae Estyn wedi nodi bod y cynllun hwn yn darparu fframwaith y gall lleoliadau cyn-ysgol ei ddefnyddio i werthuso eu darpariaeth ar gyfer hybu iechyd a lles plant a staff, a nodi dulliau posibl o wella'r ddarpariaeth honno.

Safonau Gofynnol Cenedlaethol ar gyfer Gofal Plant a Reoleiddir

Mae'r Cynllun Cyn-ysgol Iach a Chynaliadwy wedi'i gynllunio i ategu'r Safonau Gofynnol Cenedlaethol a ddefnyddir i benderfynu a yw lleoliadau gwarchod plant a gofal dydd yn darparu gofal digonol i blant dan wyth oed. Mae'n rhaid i bob darparwr gofal plant cofrestredig ystyried y Safonau Gofynnol Cenedlaethol, sy'n canolbwyntio ar sicrhau canlyniadau cadarnhaol i blant dan wyth oed a lleihau risgiau i'w lles a'u diogelwch.

Eco-Sgolion

Menter ryngwladol yw'r rhaglen Eco-Sgolion, sy'n annog disgyblion i ymwneud â materion amgylcheddol a materion sy'n gysylltiedig â datblygu cynaliadwy. Mae'n darparu system strwythuredig iawn ar gyfer rheolaeth amgylcheddol mewn ysgolion. Mae'r rhaglen yn adnodd dysgu ac mae'r meysydd pwnc yn cynnwys Ysbwriel, Lleihau Gwastraff, Cludiant, Byw'n Iach, Ynni, Dŵr, Tir yr Ysgol a Dinasyddiaeth Fyd-eang.

Mae disgyblion yn ymgymryd â rolau allweddol o safbwynt gwneud penderfyniadau a chyfranogi er mwyn lleihau effaith eu hysgol ar yr amgylchedd. Fel hyn, mae Eco-Sgolion yn ymestyn gwaith dysgu y tu hwnt i'r ystafell ddosbarth ac yn datblygu agweddau ar ddinasyddiaeth gyfrifol gartref ac yn y gymuned ehangach.

Caiff y rhaglen Eco-Sgolion yng Nghymru ei rheoli gan Cadwch Gymru'n Daclus.

Sut y bydd y cynllun yn cael ei weithredu?

Caiff y Cynllun Cyn-ysgol Iach ei weithredu a'i achredu ar ffurf 'camau'. Mae pob cam yn para oddeutu blwyddyn. Rhaid i leoliadau weithio i ddatblygu a hybu 8 maes gweithredu penodol y cynllun.

Cam Rhagarweiniol Mae dull gweithredu sy'n ymdrin â'r lleoliad cyfan yn golygu cynllunio rhaglenni iechyd cydlynol, cynhwysfawr a blaengar sydd o fudd i gymuned y lleoliad cyfan.

Maeth ac Iechyd y Geg Mae'n adlewyrchu dull gweithredu'n ymwneud â bwyd, maeth ac iechyd y geg, sy'n ymdrin â'r lleoliad cyfan ac sy'n cynnwys hybu deiet iach a chytbwys ar sail canllawiau cenedlaethol ac arfer da cyfredol mewn perthynas ag iechyd y geg.

Gweithgarwch Corfforol / Chwarae Egnïol Bydd lleoliadau'n cefnogi ac yn hybu ystod eang o weithgareddau corfforol hygyrch a chyfleoedd hygyrch o ran chwarae egnïol i'r plant a'r staff, gan gynnwys mynediad i amgylcheddau a phrofiadau chwarae sy'n diwallu anghenion plant o ran datblygu.

Iechyd a Lles Meddyliol ac Emosiynol a Pherthnasoedd
Adlewyrchir ethos y lleoliad, a ddylai annog parch gan bawb at ei gilydd a hybu pob agwedd ar les meddyliol ac emosiynol pawb sy'n gweithio yn y lleoliad. Mae hefyd yn tynnu sylw at bwysigrwydd datblygu perthnasoedd cadarnhaol, ac felly mae'n ymdrin â rhai agweddau ar ddatblygiad personol.

Yr Amgylchedd Bydd lleoliadau'n hybu amgylchedd diogel ac ysgogol sy'n adlewyrchu pwysigrwydd y bobl sydd ynddo, gan roi pwys ar ofalu am yr amgylchedd sydd y tu mewn i'r lleoliad a'r tu allan iddo.

Diogelwch Bydd lleoliadau'n adlewyrchu dull rhagweithiol o ymdrin â phob agwedd ar ddiogelwch, gan gynnwys gwaith ar bob sylwedd. Dylid cydnabod y gallai'r defnydd y mae rhieni a staff yn ei wneud o alcohol a sylweddau anghyfreithlon effeithio ar ddiogelwch y plant yn y lleoliad. Caiff ysmygu ei gynnwys yn yr adran hon hefyd, ond dylid ei ystyried nid yn unig yn fater sy'n ymwneud â diogelwch ond yn fater sy'n ymwneud ag iechyd hefyd. Mae rhai agweddau ar ddiogelwch yn statudol e.e. diogelu pobl, ac iechyd a diogelwch, ac er y cyfeirir at y rhain bydd angen eu hystyried ar wahân ac yn fanylach. Ymdrinnir ag imiwneiddio yma hefyd fel mater sy'n ymwneud â diogelwch. Mae cadw cofnodion ynghylch imiwneiddio'n arfer da sy'n ddefnyddiol os oes achosion o salwch yn digwydd.

Hylendid Bydd lleoliadau'n adlewyrchu hylendid da, oherwydd mae'n rhywbeth sy'n hollbwysig i leoliadau'r blynyddoedd cynnar.

Iechyd a Lles yn y Gweithle Mae'n hybu gweithle sydd wedi ymrwymo i ddiogelu iechyd a lles yr holl staff. Mae arferion gweithio da'n bwysig ar gyfer iechyd a lles corfforol a meddyliol. Bydd gan gyflogwyr sy'n mabwysiadu arferion gweithio da weithlu hapus, iach a chynhyrchiol sydd â lefelau is o absenoldeb.

Cynllunio camau gweithredu

Nid gweithgaredd sy'n digwydd unwaith yn unig yw cam gweithredu. Mae'n ddarn o waith wedi'i gynllunio a fydd yn symud y lleoliad yn ei flaen fel lleoliad sy'n hybu iechyd. Mae'n ddefnyddiol cofio y dylai camau gweithredu fod yn rhai:

- Cyraeddadwy.
- Amserol.
- Mesuradwy.
- Penodol.
- Uchelgeisiol.
- Synhwyrol.

Dylai pob cam gael ei weithredu gan gadw'r egwyddorion canlynol mewn cof:

- Dylai fod strwythur rheoli cefnogol ar waith yn y lleoliad.
- Dylid ymgynghori'n llawn â'r rhieni/gofalwyr a'r plant (pryd bynnag y bo'n bosibl) a dylid eu cynnwys yn llawn pryd bynnag y bydd camau gweithredu'n effeithio arnynt.
- Dylai pob cam gynnwys dull gweithredu sy'n ymdrin â'r lleoliad cyfan.

Gweithredu

Dylai cynlluniau gweithredu gael eu rhoi ar waith dros gyfnod realistig y cytunwyd arno. Bydd angen i'r holl gamau gweithredu gael eu monitro a'u gwerthuso er mwyn amlygu effaith y gwaith a dangos sut y mae pob cwestiwn asesu wedi'i fodloni.

Monitro

Bydd y cydlynydd yn monitro pob lleoliad yn barhaus. Gallai hynny ddigwydd ar ffurf ymweliad a drefnwyd o flaen llaw â'r lleoliad neu mewn cyfarfodydd rhwydwaith.

Yn ogystal, bydd yn ofynnol i leoliadau eu monitro eu hunain drwy ddefnyddio llyfrynnau meini prawf y wobr i gofnodi eu cynnydd a thrwy lunio portffolio o dystiolaeth. Mae'n bwysig sicrhau bod cymuned gyfan y lleoliad yn cael y wybodaeth ddiweddaraf am gynnydd ac am y nodau a gyflawnwyd.

Portffolio o dystiolaeth

Ar ddiwedd pob un o gamau'r cynllun, gofynnir i'r holl leoliadau lunio a chyflwyno portffolio o dystiolaeth sy'n dangos sut y cwblhawyd pob maes gweithredu'n llwyddiannus. Bydd y cydlynydd yn cynorthwyo'r lleoliadau i wneud hynny a bydd yn argymell y dylai lleoliadau gasglu tystiolaeth barhaus o'r holl wahanol fathau o weithgarwch a gyflawnir drwy gydol y cam dan sylw. Gall tystiolaeth fod ar ffurf naratif, dogfennau neu waith arsylwi ac argymhellir y dylid cyflwyno cyfuniad o dystiolaeth.

Mae syniadau ar gyfer tystiolaeth yn cynnwys:

- Polisïau cysylltiedig
- Llythyrau newyddion
- Adroddiadau
- Agendâu/cofnodion cyfarfodydd
- Digwyddiadau ymgynghori
- Llythyrau cysylltiedig, e.e. i rieni
- Taflenni
- Ffotograffau
- Toriadau o bapur newydd
- Cynlluniau gwersi
- Enghreifftiau o waith y plant
- Bwletinau staff
- Dyddiaduron y lleoliad
- Cofnodion hyfforddiant/tystysgrifau presenoldeb
- Holiaduron/arolygon
- Taflenni a phosteri a ddefnyddir yn nigwyddiadau ac ymgyrchoedd y lleoliad
- Gwefan y lleoliad
- Arsylwadau ysgrifenedig
- DVDs/fideos
- Cofnodion ysgrifenedig o drafodaethau â'r rhieni, y staff, y plant a'r gymuned ehangach

Gwerthuso

Er mwyn dangos effaith gadarnhaol y mentrau a'r gweithgareddau a gyflwynwyd, mae'n bwysig bod lleoliadau'n gwerthuso gweithgareddau ac yn darparu tystiolaeth o'r gwerthuso hwnnw'n rhan o'u portffolio o dystiolaeth. Bydd hynny yn helpu'r lleoliad i ddatblygu ymhellach a gwella'n barhaus.

Gallai'r dulliau gwerthuso gynnwys:

- Casglu barn cyn ac ar ôl digwyddiad neu weithgaredd
- Holiaduron
- Grŵp trafod neu gyfweliadau anffurfiol (e.e. drwy foreau coffi)
- Arsylwadau cyn ac ar ôl digwyddiad neu weithgaredd
- Barn y staff/y tîm rheoli ynghylch arferion
- Mesur cyfranogiad y plant mewn gweithgareddau.

Mae Llywodraeth Cymru yn mynnu bod pob Tîm Ysgolion Iach yng Nghymru yn cynnal gwerthusiad ffurfiol o'r cynllun. Bydd y Cydlynydd Cyn-ysgol lleol yn rhoi gwybod i leoliadau am unrhyw wybodaeth bellach, benodol y mae angen ei chasglu.

Caiff lleoliadau eu hannog yn daer i gysylltu â lleoliadau eraill sy'n gweithio tuag at gael eu hachredu, er mwyn cael cymorth ychwanegol. Argymhellir hefyd bod lleoliadau'n cysylltu â'u swyddogion blynyddoedd cynnar a gofal plant i gael cymorth, cyngor ac arweiniad fel y bo angen, a'u bod bob amser yn gofyn am gymorth gan y sawl sy'n perthyn i gymuned y lleoliad.

Achredu

Ar ddiwedd pob un o gamau'r cynllun, argymhellir bod lleoliad yn cael ei achredu cyhyd â bod digon o dystiolaeth ar gael i ddangos bod pob un o'r meysydd gweithredu yn y cam hwnnw wedi'u cyflawni.

Mae achredu'n rhan gyffrous a phwysig o'r broses, pan fydd lleoliadau'n cael eu llongyfarch ac yn cael cydnabyddiaeth swyddogol am y gwaith y maent wedi'i wneud.

Mae Lleoliad Cyn-ysgol Iach yn lleoliad sydd nid yn unig yn gweithio tuag at gael ei achredu ond sydd hefyd yn ymgorffori ac yn cynnwys iechyd a lles yn ei fywyd pob dydd.

Nodau

A. Cymryd camau i hybu'r gwaith o ddatblygu hunan-barch cadarnhaol pob aelod o gymuned y lleoliad cyn-ysgol.

B. Cymryd camau i ddatblygu perthnasoedd da ym mywyd pob dydd y lleoliad cyn-ysgol.

C. Nodi, datblygu a chyfleu ethos cadarnhaol sy'n hybu parch at bawb, a dull cadarnhaol o ymdrin ag iechyd, yr amgylchedd a'r gymuned.

Ch. Sicrhau bod pob plentyn yn cael cyfle i elwa ar heriau ysgogol a'r hawl i chwarae.

D. Manteisio ar bob cyfle i wella amgylchedd y lleoliad cyn-ysgol.

Dd. Datblygu cysylltiadau da rhwng y lleoliad/y cartref/y gymuned a datblygu gweithgareddau ar y cyd.

E. Annog yr holl staff i gyflawni eu rôl o safbwynt hybu iechyd a chynaliadwyedd ecolegol, drwy ddatblygiad a hyfforddiant i staff.

F. Datblygu a chyflwyno gweithgareddau a phrofiadau cydlynol sy'n ymwneud ag iechyd.

Ff. Sefydlu cysylltiadau da â lleoliadau ac ysgolion cysylltiedig er mwyn sicrhau proses bontio esmwyth.

G. Datblygu'r lleoliad yn weithle sy'n hybu iechyd ac sydd wedi ymrwymo i ddiogelu iechyd a lles yr holl staff.

Ng. Datblygu polisïau ac arferion cyson sy'n ategu ei gilydd ac sy'n adlewyrchu dull cadarnhaol o ymdrin ag iechyd a'r amgylchedd.

H. Datblygu partneriaethau ag asiantaethau ac unigolion allanol priodol er mwyn cael cyngor a chymorth gweithredol i hybu iechyd a chynllunio yn y lleoliad.

I. Sicrhau bod hawliau pob plentyn sydd yng ngofal y lleoliad yn cael eu parchu.

CAM RHAGARWEINIOL

Cam Rhagarweiniol

Mae'r adran hon yn adlewyrchu pwysigrwydd cael dull cydlynol, cynhwysfawr a blaengar o ymdrin ag iechyd a lles y plant a'r staff, sy'n cynnwys cymuned y lleoliad cyfan. Mae angen bodloni'r holl gwestiynau asesu yn yr adran hon er mwyn darparu fframwaith i fynd i'r afael â'r agweddau ar iechyd sy'n dilyn, a dylid mynd i'r afael â'r cwestiynau ar y cyd â phob adran.

Cydnabyddir na fydd pob lleoliad yn cyflogi staff. Felly, bydd sefydliadau, mudiadau ac asiantaethau ymbarél lleol yn ystyried hynny o safbwynt y gofynion sylfaenol isod.

Rhaid mynd i'r afael â phob cwestiwn a rhaid bod o leiaf un darn o dystiolaeth ar gael adeg yr asesiad. Gall y dystiolaeth fod ar ffurf dogfennau, gwaith arsylwi neu naratif:

D **Dogfennau** – er enghraifft tystiolaeth ysgrifenedig megis polisïau, ffotograffau, gwaith y plant, gwaith cynllunio, llythyrau, llythyrau newyddion, gwefan y lleoliad, nodiadau cyfarfodydd a darnau allan o adroddiadau.

A **Gwaith arsylwi** – gallai fod yn waith arsylwi gan y cydlynydd lleol. Rhaid iddo fod wedi digwydd o fewn 12 mis i'r asesiad. Gall y cydlynydd lleol ychwanegu dyddiad a llofnod i nodi ei fod wedi arsylwi'r hyn y mae'r lleoliad wedi'i ddisgrifio. Yn ogystal, tystiolaeth a arsylwyd yw tystiolaeth y mae'r aseswyr yn ei gweld yn ystod eu hamser yn y lleoliad, e.e. arddangosfeydd, arwyddion a llyfrau lloffion.

N **Naratif** – mae'r math hwn o dystiolaeth yn cynnwys trafodaethau ag unrhyw unigolion, grwpiau, asiantaethau partner neu blant yn ystod yr ymweliad asesu.

Gofynion Sylfaenol

	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
1	Cael cefnogaeth lawn rheolwr/ perchennog/pwyllgor rheoli/ arweinydd y lleoliad er mwyn sicrhau bod yr holl staff yn cael eu cynnwys.	- Ffurflen ymrwymo i'r cynllun lleol - Y Cynllun Cyn-ysgol Iach a Chynaliadwy ar agenda cyfarfodydd staff		
2	Cydlynydd cynllun penodol y mae ei brif gyfrifoldebau wedi'u diffinio, a fydd yn gweithio gyda'r cydlynydd lleol.			
3	Cynnal adolygiad o weithgareddau iechyd, lles a chynaliadwyedd yn eich rhaglen arfaethedig er mwyn nodi cryfderau a bylchau ar hyn o bryd.	- Adnodd archwilio		
4	Y lleoliad yn ystyried blaenoriaethau iechyd lleol neu broblemau iechyd lleol wrth gynllunio.			
5	Hybu dulliau o weithio mewn partneriaeth, sy'n briodol i wella iechyd.	- Cymunedau yn Gyntaf, Newid am Oes, Ymwelydd Iechyd, Llyfrgell Hybu Iechyd.		

6	Darparu pecynnau croeso sy'n hyrwyddo gwybodaeth am imiwneiddio plant, canllawiau ynghylch absenoldeb oherwydd salwch, safleoedd di-fwg a chofrestru gyda gweithwyr iechyd proffesiynol.	- Cofrestru gyda meddygon, ymwelydd iechyd, deintydd ac optegydd		
7	Rhoi gwybod i rieni/gofalwyr am eich rhan yn y Cynllun Cyn-ysgol Iach a Chynaliadwy ac am bwysigrwydd iechyd a lles.	- Pecyn croeso - Datganiad o genhadaeth / diben - Nodau / gweledigaeth - Llythyrau / llythyrau newyddion - Dalen neu daflen wybodaeth y Cynllun Cyn-ysgol Iach a Chynaliadwy yn y pecyn croeso		
8	Pob aelod o staff yn cael hyfforddiant statudol ynghylch diogelu.			
9	Pob aelod o staff yn cael gwybodaeth am glefydau y gellir eu hatal â brechlyn a gwybodaeth am yr imiwneiddiadau a argymhellir ar gyfer plant a staff.	- Cofnodi statws o ran imiwneiddio		

10	Cynlluniau a gweithdrefnau neu bolisïau ar gyfer staff a phlant ar waith i fynd i'r afael â materion amlddiwylliannol, materion yn ymwneud â'r rhywiau, anghenion arbennig a materion yn ymwneud ag iechyd, sy'n osgoi stereoteipio a gwahaniaethu.	- Cynllun a chynllun gweithredu ar gyfer cyfle cyfartal / cydraddoldeb - Polisi anghenion dysgu ychwanegol		
11	Cefnogi'r broses o gwblhau data perthnasol ar gyfer adrodd ar lefel leol/genedlaethol er mwyn dangos cynnydd a gwelliant.	- Holiaduron - Cronfa ddata leol		
Ystyriaethau dymunol:				
12	Y lleoliad yn cadw cofnod o statws yr holl blant a'r staff o ran imiwneiddio.	- Ffurflenni derbyn ar gyfer y plant - Sefydlu a chofrestru staff		

MAETH AC IECHYD Y GEG

Maeth ac Iechyd y Geg

Mae'r adran hon yn adlewyrchu dull gweithredu'n ymwneud â bwyd, maeth ac iechyd y geg, sy'n ymdrin â'r lleoliad cyfan ac sy'n cynnwys hybu deiet iach a chytbwys ar sail canllawiau cenedlaethol ac arfer da cyfredol mewn perthynas ag iechyd y geg.

Rhaid mynd i'r afael â phob cwestiwn a rhaid bod o leiaf un darn o dystiolaeth ar gael adeg yr asesiad. Gall y dystiolaeth fod ar ffurf dogfennau, gwaith arsylwi neu naratif:

D **Dogfennau** – er enghraifft tystiolaeth ysgrifenedig megis polisïau, ffotograffau, gwaith y plant, gwaith cynllunio, llythyrau, llythyrau newyddion, gwefan y lleoliad, nodiadau cyfarfodydd a darnau allan o adroddiadau.

A **Gwaith arsylwi** – gallai fod yn waith arsylwi gan y cydlynydd lleol. Rhaid iddo fod wedi digwydd o fewn 12 mis i'r asesiad. Gall y cydlynydd lleol ychwanegu dyddiad a llofnod i nodi ei fod wedi arsylwi'r hyn y mae'r lleoliad wedi'i ddisgrifio. Yn ogystal, tystiolaeth a arsylwyd yw tystiolaeth y mae'r aseswyr yn ei gweld yn ystod eu hamser yn y lleoliad, e.e. arddangosfeydd, arwyddion a llyfrau lloffion.

N **Naratif** – mae'r math hwn o dystiolaeth yn cynnwys trafodaethau ag unrhyw unigolion, grwpiau, asiantaethau partner neu blant yn ystod yr ymweliad asesu.

Arweinyddiaeth a Chyfathrebu				
	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
1.1	A oes polisi ar gael, sy'n cael ei adolygu a'i ddiweddaru'n rheolaidd, i arwain eich gwaith ar faeth ac iechyd y geg ac ar ddarparu ar gyfer deiet arbennig?	- Protocol Cynllun Gwên neu bolisi iechyd y geg - Cael un person i fod yn gyfrifol am faeth yn y lleoliad Polisi bwyd ar gael sy'n ymdrin â: - Darparu prydau a/neu fyrbrydau a diodydd - Hybu pecynnau bwyd iach - Darparu ar gyfer deiet arbennig - Bwyd ar gyfer dathliadau a gwibdeithiau a bwyd y deuir ag ef i'r lleoliad - Gwybodaeth am alergeddau - Yr amgylchedd bwyta - Y defnydd o Adran 8 Canllawiau Bwyd ac Iechyd ar gyfer Lleoliadau Blynyddoedd Cynnar a Gofal Plant (2009) Llywodraeth Cymru		

1.2	Pa hyfforddiant ynghylch maeth ac iechyd y geg y mae'r staff wedi'i gael, a sut y mae hynny wedi dylanwadu ar arferion?	- Agored Cymru: Sgiliau Bwyd a Maeth Cymunedol Lefel 2 ar gyfer y Blynyddoedd Cynnar - Agored Cymru: Sgiliau Bwyd a Maeth Cymunedol Lefel 2 - Hyfforddiant lleol ynghylch byrbrydau iach - Hyfforddiant lleol ynghylch bwyd, maeth a sgiliau coginio - Hyfforddiant Diogelwch Bwyd - Hyfforddiant Cynllun Gwên - Mae arferion wedi newid drwy…		
Cynllunio a Chyflawni				
	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
2.1	A ddarperir gweithgareddau a phrofiadau sy'n golygu bod y plant yn gwneud penderfyniadau am ddewisiadau iach o ran bwyd ac yn blasu bwydydd newydd?	- Cynnig amrywiaeth o ffrwythau a llysiau'n ddyddiol - Gwobrwyo plant sy'n fodlon eu blasu - Chwarae gemau arogleuo, cyffwrdd a blasu gan ddefnyddio bwydydd priodol o'r grwpiau bwyd, e.e. gêm gyffwrdd, printio â ffrwythau a llysiau, amser byrbryd		

		- Bwyd plastig/pren mewn gweithgareddau chwarae, ceginau i blant ac adnoddau - Y plant yn helpu i baratoi a gweini prydau a byrbrydau - Yr adnodd ‘Bwyd, hwyl a chwarae bywiog i Blant Bach’ - Straeon, caneuon, llyfrau, jig-sos a dathliadau ar y thema bwyd - Gemau chwarae rôl, e.e. coginio a siopa - Tyfu ffrwythau a llysiau - Dysgu am bwysigrwydd deiet cytbwys - Blasu bwydydd o wahanol wledydd/ dysgu am wahanol ddiwylliannau		
2.2	Sut yr ydych yn ymgorffori gwaith hybu iechyd deintyddol/iechyd y geg a hylendid deintyddol ym mywyd y lleoliad a’r staff?	- Rhaglen brwsio dannedd dan oruchwyliaeth Cynllun Gwên a safonau gofynnol y rhaglen, os yn gymwys - Gweithgareddau priodol i oedran sy’n helpu’r plant i ddysgu am iechyd da’r geg - Gweithgareddau brwsio dannedd - Chwarae rôl – deintydd - Ymweliad gan ddeintydd neu nyrs ddeintyddol wrth ymdrin â’r pwnc “Pobl sy’n ein helpu”		

		- Plant 6 mis oed neu hŷn yn defnyddio cwpanau â chaead nad oes angen sugno diod ohonynt - Plant 12 mis oed neu hŷn yn defnyddio cwpanau heb gaead - Dilyn canllawiau priodol ynghylch defnyddio dymis - Byrbrydau a diodydd sy'n dda i'r dannedd		
2.3	Sut yr ydych yn annog sgiliau coginio iach?	- Y plant yn helpu i baratoi a gweini eu byrbryd eu hunain - Gweithgareddau coginio a gynllunnir ar gyfer y plant, e.e. gwneud toes, paratoi ffrwythau a llysiau, dysgu dulliau sylfaenol o baratoi bwyd - Bwyd/coginio ar gyfer dathliadau e.e. crempogau ar Ddydd Mawrth Ynyd, cawl ar Ddydd Gŵyl Dewi - Paratoi a choginio llysiau a gaiff eu tyfu yn yr ardd gyda'r plant - Bwyd o bob cwr o'r byd – opsiynau iach megis nwdls neu brydau wedi'u tro-ffrio - Defnyddio enghreifftiau o'r adnodd 'Bwyd, hwyl a chwarae bywiog i Blant Bach' ac adnoddau eraill lleol		
2.4	Pa fentrau lleol/cenedlaethol yr ydych yn rhan ohonynt sy'n hybu maeth ac iechyd y geg ymysg y plant neu'r rhieni/gofalwyr?	- Cynllun Gwên, lle bo'n gymwys - Newid am Oes - Cychwyn Iach - Gwobr leol ar gyfer bwyd a maeth - Gwobr leol ar gyfer byrbrydau iach		

2.5	Sut yr ydych yn sicrhau bod negeseuon cyson yn cael eu darparu/bod negeseuon cymysg yn cael eu hosgoi mewn perthynas â bwyd ac iechyd ar draws y lleoliad cyfan, fel bod y negeseuon sy'n cael eu cyflwyno'n cyd-fynd â'r bwydydd a'r diodydd sy'n cael eu darparu?	- Y staff yn fodelau rôl, e.e. maent yn bwyta bwydydd iach ac yn yfed diodydd iach gyda'r plant yn ystod amser byrbryd/cinio - Nid yw'r plant yn cael eu gwobrwyo â bwyd - Osgoi dylanwad ymgyrchoedd hyrwyddo a chynnyrch wedi'i frandio sy'n gwrthdaro â negeseuon iach - Sicrhau cysondeb ar draws yr holl ddarpariaeth o ran bwyd a diod, e.e. partïon, dathliadau, gweithgareddau bwyd a chwarae, y bwyd y deuir ag ef i'r lleoliad - Cynnwys yr amgylchedd ehangach yn y polisi bwyd, e.e. bwyd ar wibdeithiau ac yn ystod gweithgareddau y tu allan i'r lleoliad		
Ethos a'r Amgylchedd				
	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
3.1	Sut yr ydych yn creu amgylchedd sy'n hybu bwyta ac yfed yn iach fel profiad pleserus, a sut yr ydych yn cynnwys y plant?	- Holiaduron i rieni/gofalwyr er mwyn cael eu barn am y ddarpariaeth o ran bwyd - Cyfarfodydd staff i drafod y ddarpariaeth o ran bwyd a gweithgareddau bwyta'n iach		

		- Gwaith cynllunio a ysgogir gan y plant ar gyfer gweithgareddau bwyd. Mae'n cynnwys sesiynau blasu bwyd, wynebau hapus/trist i ddangos beth yw eu hoff fwyd ac ati - Y plant a'r staff yn bwyta byrbrydau a phrydau bwyd gyda'i gilydd wrth y bwrdd - Amser byrbryd ac amser cinio/te yn brofiadau pleserus a chymdeithasol - Canmol a/neu wobrwyo plant sy'n ymddwyn yn gadarnhaol yn ystod amseroedd bwyta - Neilltuo digon o amser i fwyta - Pob plentyn yn cael matiau bwrdd a chytleri priodol - Y plant yn eu helpu eu hunain ac yn gwneud gweithgareddau, e.e. yn paratoi eu bara, yn arllwys llaeth - Cynlluniau gwobrwyo nad ydynt yn seiliedig ar fwyd - Posteri bwyd ar y waliau, ac arddangosfeydd bwyd		
3.2	Sut yr ydych yn cael gafael ar fwyd lleol a thymhorol lle bo'n bosibl?	- Cyflenwr ffrwythau a llysiau lleol, siop fferm leol - Gweithgareddau ar randir - plannu - Newid y fwydlen i gyd-fynd â'r bwydydd tymhorol sydd ar gael		
3.3	Sut yr ydych yn sicrhau bod maint dognau'n briodol?	- Gwybodaeth a gafwyd o gwrs Agored Cymru: Sgiliau Bwyd a Maeth Cymunedol Lefel 2 ar gyfer y Blynyddoedd Cynnar		

		- Mynediad i wybodaeth drwy Becyn Cymorth Newid am Oes ar gyfer y Blynyddoedd Cynnar ac adnoddau priodol		
3.4	Sut yr ydych yn sicrhau bod y lleoliad yn darparu amgylchedd sy'n hybu ac yn cefnogi bwydo ar y fron?	- Modelu rolau, e.e. wrth chwarae â doliau - Straeon yn cynnwys mamau sy'n bwydo ar y fron, a holi'r plant ynghylch eu brodyr neu'u chwiorydd sy'n bwydo ar y fron - Mamau'n cael eu croesawu i'r lleoliad ac yn teimlo'n gyffyrddus wrth fwydo ar y fron yno - Defnyddio Menter Cyfeillgar i Fabanod Unicef - Gwybodaeth am fwydo ar y fron yn cael ei harddangos yn y lleoliad ac ar gael i rieni, e.e. adnoddau Menter Cyfeillgar i Fabanod Unicef - Dolenni cyswllt ar gyfer gwybodaeth am fwydo ar y fron a dychwelyd i'r gwaith yn cael eu cynnwys mewn gwybodaeth i rieni newydd (gwefan Llywodraeth Cymru a gwefan Maternity Action) - Gwybodaeth am fwydo ar y fron a dychwelyd i'r gwaith yn cael ei chynnwys mewn trafodaeth asesu risg i staff sy'n feichiog - Canllawiau Bwyd ac Iechyd ar gyfer Lleoliadau Blynyddoedd Cynnar a Gofal Plant (2009) Llywodraeth Cymru, adran 2		

3.5	Sut yr ydych yn annog pobl yn weithredol i ddarparu pecynnau bwyd a phrydau bwyd iach a ddarperir gartref, a sut yr ydych yn rhoi gwybodaeth i blant a rhieni/gofalwyr lle bo'n briodol?	- Polisi pecynnau bwyd iach - Arddangosfeydd ynghylch pecynnau bwyd iach - Taflenni ynghylch pecynnau bwyd iach yn cael eu rhoi i rieni/gofalwyr - Gweithgareddau coginio teuluol		
3.6	Sut yr ydych yn addysgu plant i olchi eu dwylo ac yn eu haddysgu am bwysigrwydd golchi dwylo'n dda cyn bwyta?	- Gweithgareddau golchi dwylo gan ddefnyddio caneuon a phosteri - Golchi dwylo'n rhan o'r drefn ddyddiol arferol ar gyfer plant a staff cyn paratoi neu fwyta unrhyw fwyd		
3.7	A gaiff y byrddau eu glanhau â hylif glanweithiol cyn ac ar ôl gweini a bwyta bwyd?			
Cynnwys Teuluoedd a'r Gymuned				
	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
4.1	Sut yr ydych yn ymgysylltu ag unigolion, asiantaethau allanol, busnesau a/neu aelodau'r gymuned er mwyn hybu maeth ac iechyd y geg?	- Holiaduron i rieni/gofalwyr yn gofyn am gymorth perthnasol - Gweithio gyda'r Gwasanaeth Deintyddol Cymunedol, Ymwelydd Iechyd, Deietegwyr ac ymarferwyr lleferydd ac iaith - Ymweld ag archfarchnadoedd lleol gyda'r plant - Ymweld â rhandiroedd lleol gyda'r plant		

		- Ymweld â ffermydd lleol a chyflenwyr bwyd gyda'r plant		
4.2	Pa wybodaeth yr ydych yn ei darparu i rieni/gofalwyr am bwysigrwydd maeth da ac iechyd da'r geg?	- Llythyrau newyddion, gwefan a/neu arddangosfeydd yn cynnwys gwybodaeth am faeth ac iechyd y geg, e.e. bwydlenni, rhestr fyrbrydau, taflenni, polisi bwyd - Nosweithiau/sesiynau i rieni/gofalwyr. Siaradwyr yn dod i'r lleoliad i drafod bwyd, maeth neu iechyd y geg - Sesiynau blasu bwyd i rieni, h.y. gan ddefnyddio ryseitiau o'r fwydlen - Creu llyfrau ryseitiau i rieni/gofalwyr - Sicrhau bod ryseitiau ar gael i rieni/gofalwyr roi cynnig arnynt gartref, e.e. rysáit yr wythnos/mis		
4.3	Sut yr ydych yn ymgysylltu'n weithredol â rhieni/gofalwyr i rannu gwybodaeth am y modd y mae plant yn derbyn bwydydd newydd?	- Adborth mewn dyddiadur ynghylch yr hyn y mae'r plentyn wedi'i fwyta - Gweithwyr allweddol yn rhoi adborth ar lafar ynghylch yr hyn y mae'r plentyn wedi'i fwyta - Arddangosfeydd sy'n dangos yr hyn y mae'r plant wedi'i fwyta heddiw/yr wythnos hon - Arddangosfeydd sy'n dangos y plant yn cymryd rhan mewn gweithgarwch sy'n ymwneud â bwyd - Rhannu ryseitiau y mae'r plant wedi'u mwynhau â'r rhieni/gofalwyr - Anfon ffotograffau adref o'r plant yn bwyta bwydydd newydd		

Darparu Bwyd a Diod – Gofynion Sylfaenol
Rhaid i'r gofynion hyn fod wedi'u bodloni er mwyn cyflawni meini prawf y wobr genedlaethol ar gyfer bwyd a diod

Bwriad y gofynion sylfaenol hyn yw adnabod y darpariaethau sydd fwyaf tebygol o effeithio ar ddeiet plant er gwell, ac a fyddai'n amlwg iawn yn ystod ymweliad asesu. Fodd bynnag, byddai arfer da'n gweithio y tu hwnt i'r gofynion hyn er mwyn mynd i'r afael â'r holl ganlyniadau sydd yng Nghanllawiau Bwyd ac Iechyd ar gyfer Lleoliadau Blynyddoedd Cynnar a Gofal Plant Llywodraeth Cymru.

	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau**	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
5.1	Mae dŵr yfed ffres ar gael yn hwylus i'r plant bob amser	- Peiriant oeri dŵr - Poteli dŵr ag enw/llun y plentyn perthnasol arnynt - Jygiau a chwpanau dŵr ar gael drwy'r dydd		
5.2	Dŵr plaen yw'r ddiod rhwng prydau bwyd, a llaeth yn ystod amser egwyl	- Bwydlen a gwaith arsylwi		
5.3	Amrywiaeth o fyrbrydau maethlon ar gael yn unol â'r argymhellion	- Bwydlen a gwaith arsylwi - Gweler Canllawiau Bwyd ac Iechyd ar gyfer Lleoliadau Blynyddoedd Cynnar a Gofal Plant Llywodraeth Cymru i gael canllawiau ynghylch maint dognau (Adran 6, tud. 13)		
5.4	Os caiff prif bryd canol dydd a/neu brif bryd gyda'r nos eu darparu, dylai'r prydau hynny gynnwys ffrwythau a llysiau	- Bwydlen a gwaith arsylwi - Gweler Canllawiau Bwyd ac Iechyd ar gyfer Lleoliadau Blynyddoedd Cynnar a Gofal Plant Llywodraeth Cymru i gael canllawiau ynghylch maint dognau (Adran 6)		

5.5	Os caiff prif bryd canol dydd a/neu brif bryd gyda'r nos eu darparu, dylai'r prydau hynny gynnwys cig, pysgod neu gynhwysion amgen addas (e.e. wyau, corbys, opsiwn amgen nad yw'n cynnwys cynnyrch llaeth)	- Bwydlen a gwaith arsylwi - Gweler Canllawiau Bwyd ac Iechyd ar gyfer Lleoliadau Blynyddoedd Cynnar a Gofal Plant Llywodraeth Cymru i gael canllawiau ynghylch maint dognau (Adrannau 3 a 6) - Mae tystiolaeth bod lleoliad yn gweithio tuag at fodloni'r gofyniad hwn yn dderbyniol yn y flwyddyn gyntaf, a disgwylir i'r lleoliad gydymffurfio â'r gofyniad yn llwyr yn yr ail flwyddyn		
5.6	Ni chaiff opsiynau sy'n cynnwys cig a physgod wedi'u prosesu eu cynnig fwy na dwywaith yr wythnos	- Bwydlen a gwaith arsylwi - Gweler Canllawiau Bwyd ac Iechyd ar gyfer Lleoliadau Blynyddoedd Cynnar a Gofal Plant Llywodraeth Cymru i gael canllawiau ynghylch maint dognau (Adrannau 3 a 6)		
5.7	Ni ddylid ychwanegu halen wrth goginio na'i osod ar y bwrdd. Dylid osgoi defnyddio cynnyrch sy'n cynnwys llawer o halen, megis cawl mewn pecynnau, ciwbiau stoc a sawsiau mewn pecynnau	- Bwydlen a gwaith arsylwi - Gweler Canllawiau Bwyd ac Iechyd ar gyfer Lleoliadau Blynyddoedd Cynnar a Gofal Plant Llywodraeth Cymru i gael canllawiau ynghylch cynllunio bwydlenni (Adran 2, tud. 11 ac Adran 6, tud. 7)		

GWEITHGARWCH CORFFOROL / CHWARAE EGNïOL

Gweithgarwch Corfforol a Chwarae Egnïol

Mae'r adran hon yn adlewyrchu pwysigrwydd hybu ystod eang o weithgareddau corfforol hygyrch a chyfleoedd hygyrch o ran chwarae egnïol i'r plant a'r staff, gan gynnwys mynediad i amgylcheddau a phrofiadau chwarae sy'n diwallu anghenion plant o ran datblygu. Caiff agweddau eraill ar chwarae eu cynnwys mewn adrannau eraill fel y bo'n briodol.

Rhaid mynd i'r afael â phob cwestiwn a rhaid bod o leiaf un darn o dystiolaeth ar gael adeg yr asesiad. Gall y dystiolaeth fod ar ffurf dogfennau, gwaith arsylwi neu naratif:

D	**Dogfennau** – er enghraifft tystiolaeth ysgrifenedig megis polisïau, ffotograffau, gwaith y plant, gwaith cynllunio, llythyrau, llythyrau newyddion, gwefan y lleoliad, nodiadau cyfarfodydd a darnau allan o adroddiadau.
O	**Gwaith arsylwi** – gallai fod yn waith arsylwi gan y cydlynydd lleol. Rhaid iddo fod wedi digwydd o fewn 12 mis i'r asesiad. Gall y cydlynydd lleol ychwanegu dyddiad a llofnod i nodi ei fod wedi arsylwi'r hyn y mae'r lleoliad wedi'i ddisgrifio. Yn ogystal, tystiolaeth a arsylwyd yw tystiolaeth y mae'r aseswyr yn ei gweld yn ystod eu hamser yn y lleoliad, e.e. arddangosfeydd, arwyddion a llyfrau lloffion.
N	**Naratif** – mae'r math hwn o dystiolaeth yn cynnwys trafodaethau ag unrhyw unigolion, grwpiau, asiantaethau partner neu blant yn ystod yr ymweliad asesu.

Arweinyddiaeth a Chyfathrebu				
	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
1.1	A oes polisïau ar gael, sy'n cael eu hadolygu a'u diweddaru'n rheolaidd, i arwain eich gwaith ar weithgarwch corfforol a chwarae?	- Polisi gweithgarwch corfforol/ chwarae egnïol - Aelod o staff penodol yn gyfrifol am weithgarwch corfforol a chwarae		
1.2	Pa hyfforddiant/sesiynau mentora ynghylch gweithgarwch corfforol a chwarae egnïol y mae'r staff wedi'u cael, a sut y mae hynny wedi dylanwadu ar arferion?	- Hyfforddiant i weithwyr chwarae (NVQ) - Chwarae i Ddysgu - Hyfforddiant chwarae neu symud a hyfforddiant i arweinwyr chwaraeon - Hyfforddiant lleol ynghylch chwarae neu weithgarwch corfforol - Massage i fabanod - Mae arferion wedi newid drwy…		

Cynllunio a Chyflawni

	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
2.1	Pa weithgareddau a phrofiadau yr ydych yn eu darparu sy'n annog y plant i chwarae a gwneud gweithgarwch corfforol yn ddyddiol?	- Cynnwys gweithgarwch corfforol a chwarae yn rhan o'r gwaith cynllunio a'r drefn ddyddiol arferol - Y plant yn rhydd i ddewis ffyrdd o chwarae a gweithgareddau - Y plant yn cael eu cynnwys yn y gwaith o gynllunio trefn ddyddiol arferol - Defnyddio 'Bwyd, hwyl a chwarae bywiog i Blant Bach' - Defnyddio 'Chwarae i Ddysgu' - Defnyddio adnoddau sydd ar gael yn lleol ar gyfer gweithgarwch corfforol a chwarae - Sesiynau ioga - Massage i fabanod - Sesiynau dawnsio dyddiol neu ganeuon dyddiol â symudiadau - Hyrwyddo'r neges y dylid gwneud gweithgarwch corfforol am 60 munud y dydd - Ardaloedd chwarae yn yr awyr agored, cyfarpar chwarae antur, wal ddringo, llithren a siglenni - Beiciau a sgwteri - Sesiynau blasu chwaraeon a dawns i blant		

2.2	Sut yr ydych yn cynllunio ar gyfer sicrhau bod babanod yn chwarae'n egnïol yn rheolaidd?	- Cyfleoedd i fabanod rolio, bod ar eu boliau ac estyn am deganau - Meinciau i gerdded er mwyn gwella cydbwysedd, a chyfleoedd i ddringo		
2.3	Pa fentrau lleol/cenedlaethol yr ydych yn rhan ohonynt sy'n hybu gweithgarwch corfforol a chwarae egnïol ymysg plant neu rieni/gofalwyr?	- Digwyddiadau elusennol, e.e. Big Toddle gan Barnardo's, digwyddiadau Sefydliad Prydeinig y Galon - Diwrnod Bîp Bîp! - Chwarae i Ddysgu - Gweithgareddau sy'n gysylltiedig â digwyddiadau, e.e. y Gemau Olympaidd, Gemau'r Gymanwlad, Pencampwriaeth y Chwe Gwlad ac ati		
2.4	Sut yr ydych yn sicrhau bod negeseuon cyson yn cael eu darparu/bod negeseuon cymysg yn cael eu hosgoi mewn perthynas â gweithgarwch corfforol a chwarae?	- Darparu dillad ac esgidiau addas - Y staff yn fodelau rôl e.e. yn cerdded, yn cymryd rhan mewn gemau a gweithgareddau dawnsio - Yn cerdded i fannau sydd o ddiddordeb os yw hynny'n bosibl - Chwarae egnïol a dawnsio'n rhan o'r drefn ddyddiol arferol - Sesiynau sefydlu, hyfforddi ac arfarnu/arsylwi staff yn cynnwys gweithgarwch corfforol a chwarae egnïol		
2.5	Sut yr ydych yn rheoli'r cydbwysedd rhwng yr angen i gynnig risg a'r angen i gadw plant yn ddiogel rhag niwed yn ystod gweithgarwch corfforol a gweithgareddau chwarae?	- Asesiadau risg a rheoli risg - Cyfleoedd i blant asesu risg		

Ethos a’r Amgylchedd				
	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i’r afael â’r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o’r pethau yr ydym wedi’u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
3.1	Sut yr ydych yn creu amgylchedd sy’n annog gweithgarwch corfforol a chwarae egnïol, a sut yr ydych yn cynnwys y plant?	- Holiaduron i rieni/gofalwyr er mwyn cael eu barn am chwarae egnïol - Cyfarfodydd staff i drafod chwarae egnïol - Gwaith cynllunio/dewis neu fwrdd gweithgareddau a ysgogir gan y plant - Amser cylch i drafod gweithgareddau chwarae - Cyfarpar chwarae y gellir ei symud – peli ac ati - Cerddoriaeth a symud - Ardaloedd chwarae wedi’u rhannu’n barthau, e.e. gardd fyw, ardal chwarae blêr - Gweler 2.1 – ardaloedd chwarae yn yr awyr agored, beiciau a sgwteri - Chwarae a arweinir gan y plant		
3.2	Sut yr ydych yn sicrhau bod dŵr ar gael yn hwylus a’ch bod yn annog y plant i yfed dŵr yn ystod ac ar ôl gweithgarwch?	- Dŵr ar gael yn hwylus bob amser - Y plant â’u poteli dŵr eu hunain		

3.3	Sut yr ydych yn sicrhau bod y plant yn golchi eu dwylo ar ôl bod yn chwarae y tu allan ac ar ôl gweithgareddau, yn enwedig ar ôl chwarae â dŵr a thywod?	- Y drefn ddyddiol arferol yn cynnwys golchi dwylo ar ôl sesiynau chwarae		
3.4	Pa gyfarpar chwarae yr ydych yn ei ddefnyddio sydd wedi'i wneud o ddeunyddiau wedi'u hailgylchu neu ddeunyddiau wedi'u hailddefnyddio?	- Creu modelau gan ddefnyddio sothach - Teiars, boncyffion, cyrsiau ymosod		

Cynnwys Teuluoedd a'r Gymuned

	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
4.1	Sut yr ydych yn ymgysylltu ag unigolion, asiantaethau allanol, busnesau a/neu aelodau'r gymuned sy'n cefnogi gweithgarwch corfforol a chwarae egnïol?	- Holiaduron i rieni/gofalwyr yn gofyn am gymorth perthnasol - Chwarae Cymru, Parciau Cenedlaethol Cymru, Ymgynghorydd y Cyfnod Sylfaen - Ymweld â'r ganolfan hamdden gyda'r plant e.e. i nofio - Hyfforddwyr neu glybiau chwaraeon lleol a hyfforddwyr ffitrwydd yn darparu sesiynau gyda'r plant yn wythnosol, e.e. dawns, ioga, pêl-droed - Sesiynau Iaith a Chwarae		

4.2	Pa wybodaeth yr ydych yn ei darparu i rieni/gofalwyr am bwysigrwydd gweithgarwch corfforol a chwarae egnïol iddyn nhw ac i'w plant?	- Llythyrau newyddion, gwefan a/neu arddangosfeydd yn cynnwys gwybodaeth e.e. am weithgareddau yn y ganolfan hamdden, am glybiau chwaraeon a dosbarthiadau ffitrwydd lleol, ac am fanteision gweithgarwch corfforol - Adnoddau Newid am Oes e.e. Cerdded am Oes; Un dau tri, i ffwrdd â ni! - 'Bwyd, hwyl a chwarae bywiog' - Nosweithiau neu sesiynau i rieni/gofalwyr, siaradwyr yn dod i'r lleoliad - Gofyn i rieni/gofalwyr gymryd rhan mewn gweithgareddau gwirfoddol neu weithgareddau noddedig gyda'r plant - Llyfrgell deganau, tasg gartref		

IECHYD A LLES MEDDYLIOL AC EMOSIYNOL A PHERTHNASOEDD

Iechyd a Lles Meddyliol ac Emosiynol a Pherthnasoedd

Mae'r adran hon yn adlewyrchu ethos y lleoliad, a ddylai annog parch gan bawb at ei gilydd a hybu pob agwedd ar les meddyliol ac emosiynol pawb sy'n gweithio yn y lleoliad. Mae hefyd yn tynnu sylw at bwysigrwydd datblygu perthnasoedd cadarnhaol, ac felly mae'n ymdrin â rhai agweddau ar ddatblygiad personol.

Rhaid mynd i'r afael â phob cwestiwn a rhaid bod o leiaf un darn o dystiolaeth ar gael adeg yr asesiad. Gall y dystiolaeth fod ar ffurf dogfennau, gwaith arsylwi neu naratif:

D **Dogfennau** – er enghraifft tystiolaeth ysgrifenedig megis polisïau, ffotograffau, gwaith y plant, gwaith cynllunio, llythyrau, llythyrau newyddion, gwefan y lleoliad, nodiadau cyfarfodydd a darnau allan o adroddiadau.

A **Gwaith arsylwi** – gallai fod yn waith arsylwi gan y cydlynydd lleol. Rhaid iddo fod wedi digwydd o fewn 12 mis i'r asesiad. Gall y cydlynydd lleol ychwanegu dyddiad a llofnod i nodi ei fod wedi arsylwi'r hyn y mae'r lleoliad wedi'i ddisgrifio. Yn ogystal, tystiolaeth a arsylwyd yw tystiolaeth y mae'r aseswyr yn ei gweld yn ystod eu hamser yn y lleoliad, e.e. arddangosfeydd, arwyddion a llyfrau lloffion.

N **Naratif** – mae'r math hwn o dystiolaeth yn cynnwys trafodaethau ag unrhyw unigolion, grwpiau, asiantaethau partner neu blant yn ystod yr ymweliad asesu.

Arweinyddiaeth a Chyfathrebu				
	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
1.1	A oes polisïau ar gael, sy'n cael eu hadolygu a'u diweddaru'n rheolaidd, i arwain eich gwaith ar iechyd a lles meddyliol ac emosiynol a pherthnasoedd ac ymdrin â materion sensitif?	- Polisi ymddygiad a gwrthfwlio - Polisi iechyd a lles meddyliol i'r staff a/neu'r plant - Polisi cwyno - Polisi diogelu - Polisi neu gynllun cydraddoldeb - Polisi ynghylch rhieni sydd wedi gwahanu - Taflen fynegai/rhestr bolisïau i gyfeirio pobl at bolisïau priodol		
1.2	Sut yr ydych yn sicrhau dull cyson o reoli ymddygiad?	- Aelod o staff penodol yn gyfrifol am reoli materion sy'n ymwneud ag ymddygiad - Canllawiau arfer da i staff a rhieni/gofalwyr - Sesiynau sefydlu staff a llawlyfr y staff yn cynnwys gwybodaeth am reoli ymddygiad - Hyfforddiant i staff ynghylch rheoli ymddygiad - Cynlluniau gwobrwyo plant, sy'n cael eu defnyddio'n gyson - System gweithwyr allweddol		

		- Rheolau ymddygiad/rheolau euraid yn cael eu harddangos o gwmpas y lleoliad		
1.3	A oes gennych dystiolaeth o'r hyfforddiant ynghylch iechyd a lles meddyliol ac emosiynol y mae'r staff wedi'i gael, a sut y mae hynny wedi dylanwadu ar arferion?	- Hyfforddiant amser cylch - Hyfforddiant ynghylch y theori ymlyniad - Hyfforddiant ynghylch ymwybyddiaeth o iechyd meddwl, e.e. Pum Ffordd at Les - Hyfforddiant rheoli ymddygiad - Hyfforddiant ynghylch galar a cholled - Hyfforddiant ynghylch amrywiaeth - Mae arferion wedi newid drwy…		
Cynllunio a Chyflawni				
	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
2.1	Pa weithgareddau a phrofiadau yr ydych yn eu darparu sy'n cefnogi datblygiad cymdeithasol ac emosiynol y plant, eu sgiliau cyfathrebu a'u gwybodaeth am amrywiaeth?	- Amser cylch a gwaith mewn grwpiau bach - Pob plentyn yn cael cyfle i leisio barn - Hybu ymlyniad cynnar - Sefydlu trefn ddyddiol arferol er mwyn i'r plant deimlo'n saff ac yn ddiogel - Gweithwyr allweddol yn cael eu pennu i'r plant - Proses ymgartrefu - Dathliadau diwylliannol		

		- Defnyddio doliau gwrywaidd a benywaidd - Defnyddio teganau, gwisgoedd ffansi, llyfrau straeon a doliau amlddiwylliannol - Defnyddio adnoddau megis cardiau/pypedau teimladau a doliau empathi - Gwaith ar deuluoedd, cariad a chyfeillgarwch - Cyfleoedd i fod yn greadigol gyda'r celfyddydau a cherddoriaeth		
2.2	Sut yr ydych yn rhoi cyfle i fabanod a phlant dan 2 oed ryngweithio ag oedolyn cyson yn aml ac am gyfnodau hir yn ystod y dydd?	- System gweithwyr allweddol - Arddangosfa ynghylch gweithwyr allweddol - Adolygiad o'r broses ymgartrefu		
2.3	Sut yr ydych yn darparu ardaloedd tawel i ddiwallu anghenion plant unigol o ran cwsg (lleoliadau gofal dydd yn unig)?	- Ystafell dawel, cotiau a golau gwan - Trafod amseroedd cysgu â'r rhieni/ gofalwyr a sicrhau eu bod yn cyd-fynd â'r drefn arferol gartref		
2.4	Pa fentrau lleol/cenedlaethol yr ydych yn rhan ohonynt sy'n hybu hunan-barch y plant neu'r rhieni/ gofalwyr?	- Diwrnodau/wythnosau ymwybyddiaeth o iechyd e.e. yr wythnos ymwybyddiaeth o iechyd meddwl - Ymwybyddiaeth ofalgar (mindfulness) - Massage i fabanod - Grwpiau meithrin rhieni/gofalwyr - Sesiynau Iaith a Chwarae		

Ethos a'r Amgylchedd

	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
3.1	Sut yr ydych yn creu amgylchedd meithrin pleserus, diogel, cymdeithasol ac ymatebol, a sut yr ydych yn cynnwys y plant?	- Cyfarfodydd staff i drafod iechyd a lles emosiynol - Pob plentyn â'i le ei hun i gadw ei got a'i eiddo - Y plant yn teimlo perchnogaeth ar rannau o'r lleoliad - Trefn ddyddiol arferol sy'n hybu diogelwch ac annibyniaeth - Rheolau cadarnhaol y mae'r plant yn cyfrannu atynt ac yn eu deall - Trefniadau pontio - Gwaith ac arddangosfeydd y plant ar uchder sy'n addas i blant - Amgylchedd digynnwrf e.e. defnyddir cerddoriaeth a lliwiau niwtral - Sylw i hawliau a llais y plant		
3.2	Sut yr ydych yn darparu cyfleoedd i'r plant hybu/annog eu hunanhyder, eu hunan-barch a'u lles eu hunain a hyder, hunan-barch a lles pobl eraill?	- Gwaith cynllunio a ysgogir gan y plant - Pob plentyn yn cael clod; system wobrwyo ar waith (nad yw'n seiliedig ar fwyd) - Amser cylch neu waith mewn grwpiau bach		

		- Pob plentyn yn cael cyfle i leisio barn - Rolau a chyfrifoldebau'r plant yn glir, e.e. yn cael tasg 'arbennig' am y dydd - Gweithgareddau sy'n hybu annibyniaeth, e.e. mae gan y plant eu pegiau eu hunain, maent yn eu helpu eu hunain i fyrbrydau a diodydd, maent yn sychu eu hwyneb ar ôl bwyta byrbrydau, maent yn chwythu eu trwyn eu hunain ac maent yn golchi eu dwylo		
3.3	Sut yr ydych yn sicrhau bod yr holl staff ac ymwelwyr yn cefnogi polisïau ac arferion y lleoliad cyn-ysgol?	- Y polisïau ar gael ar y wefan neu mewn ffolder er mwyn i rieni/ gofalwyr allu eu gweld - Y polisïau ar gael yn llawlyfr y staff ac yn ystod sesiynau sefydlu - Llyfr ymwelwyr - Arwyddion sy'n dangos y rheolau ymddygiad - Hysbysfwrdd i rieni/gofalwyr neu'r staff - Rhestr wirio y mae gofyn i ymwelwyr ei llofnodi		

Cynnwys Teuluoedd a'r Gymuned				
	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
4.1	Sut yr ydych yn ymgysylltu ag unigolion, asiantaethau allanol, busnesau a/neu aelodau'r gymuned i gynorthwyo plant a rhieni/gofalwyr sydd â phroblemau'n ymwneud ag iechyd a lles meddyliol ac emosiynol a pherthnasoedd?	- Gofyn am gymorth a chyngor gan Seicolegydd Addysg, Ymwelwyr Iechyd, Athrawon Addysg Gynnar a phobl sy'n rhoi cymorth i'r sawl sydd mewn galar, pan fo angen - Holiaduron i rieni/gofalwyr yn gofyn am gymorth perthnasol		
4.2	Pa wybodaeth yr ydych yn ei darparu i rieni/gofalwyr am bwysigrwydd iechyd a lles meddyliol ac emosiynol da a pherthnasoedd da iddyn nhw ac i'w plant? Sut y caiff y wybodaeth hon ei rhannu?	- Llythyrau newyddion, gwefan a/neu arddangosfeydd yn cynnwys gwybodaeth e.e. y polisi ymddygiad, ymwybyddiaeth o iechyd meddwl - Dull cyson o reoli ymddygiad yn cael ei drafod â'r rhieni/gofalwyr - Rhieni/gofalwyr yn cael taflenni cofnodion dyddiol/dyddiaduron - Gwybodaeth am iechyd a lles meddyliol yn cael ei chynnwys mewn llythyrau newyddion ac ar hysbysfyrddau - Rhaglenni rhianta		

YR AMGYLCHEDD

Yr Amgylchedd

Mae'r adran hon yn adlewyrchu'r arfer o hybu amgylchedd diogel ac ysgogol sy'n adlewyrchu pwysigrwydd y bobl sydd ynddo, gan roi pwys ar ofalu am yr amgylchedd sydd y tu mewn i'r lleoliad a'r tu allan iddo.

Rhaid mynd i'r afael â phob cwestiwn a rhaid bod o leiaf un darn o dystiolaeth ar gael adeg yr asesiad. Gall y dystiolaeth fod ar ffurf dogfennau, gwaith arsylwi neu naratif:

D	**Dogfennau** – er enghraifft tystiolaeth ysgrifenedig megis polisïau, ffotograffau, gwaith y plant, gwaith cynllunio, llythyrau, llythyrau newyddion, gwefan y lleoliad, nodiadau cyfarfodydd a darnau allan o adroddiadau.
O	**Gwaith arsylwi** – gallai fod yn waith arsylwi gan y cydlynydd lleol. Rhaid iddo fod wedi digwydd o fewn 12 mis i'r asesiad. Gall y cydlynydd lleol ychwanegu dyddiad a llofnod i nodi ei fod wedi arsylwi'r hyn y mae'r lleoliad wedi'i ddisgrifio. Yn ogystal, tystiolaeth a arsylwyd yw tystiolaeth y mae'r aseswyr yn ei gweld yn ystod eu hamser yn y lleoliad, e.e. arddangosfeydd, arwyddion a llyfrau lloffion.
N	**Naratif** – mae'r math hwn o dystiolaeth yn cynnwys trafodaethau ag unrhyw unigolion, grwpiau, asiantaethau partner neu blant yn ystod yr ymweliad asesu.

Arweinyddiaeth a Chyfathrebu				
	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
1.1	Pa bolisïau neu gynlluniau gweithredu sydd gennych, sy'n cael eu hadolygu a'u diweddaru'n rheolaidd, i leihau eich effaith ar yr amgylchedd?	- Polisi'r amgylchedd / polisi eco sy'n cynnwys sicrhau bod y plant yn cymryd rhan yn y broses o leihau gwastraff, ailddefnyddio, ailgylchu ac atgyweirio cynnyrch a pharchu'r amgylchedd - Cynllun gweithredu'r amgylchedd / cynllun gweithredu eco - Cod yr amgylchedd / cod eco - Aelod o staff penodol yn gyfrifol am gamau gweithredu'n ymwneud â'r amgylchedd		
1.2	Pa hyfforddiant ynghylch materion amgylcheddol ac ymwybyddiaeth fyd-eang y mae'r staff wedi'i gael, a sut y mae hynny wedi dylanwadu ar arferion?	- Hyfforddiant garddio - Hyfforddiant Eco-Sgolion - Hyfforddiant dysgu yn yr awyr agored - Hyfforddiant Ysgolion Coedwig - Hyfforddiant Ysgolion Traeth - Ymweliad/sgwrs gan y cyngor sir lleol - Mae arferion wedi newid drwy…		

Cynllunio a Chyflawni

	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
2.1	Pa weithgareddau a phrofiadau yr ydych yn eu darparu sy'n annog y plant i wneud penderfyniadau ynghylch lleihau eu heffaith ar yr amgylchedd?	- Gweithgareddau sy'n cynnwys lleihau gwastraff (ailddefnyddio, ailgylchu, compostio) a gofalu am yr amgylchedd, arbed ynni a dŵr, a dulliau o deithio i'r lleoliad, ymwybyddiaeth fyd-eang ac ati - Creu modelau gan ddefnyddio sothach - Tyfu a meithrin planhigion a bwyd - Bwydo adar, gofalu am anifeiliaid e.e. ieir - Arolygon bwystfilod bach - Cegin fwd - Gwneud marciau yn yr awyr agored - Y plant yn fonitoriaid compost ac yn fonitoriaid goleuadau - Cymhellion i wobrwyo plant am gymryd rhan, e.e. sticeri pan gaiff y goleuadau eu diffodd - Celf amgylcheddol - Canu caneuon eco, darllen straeon eco, chwarae rôl ac ati		

2.2	Pa fentrau lleol/cenedlaethol yr ydych yn rhan ohonynt sy'n hybu materion amgylcheddol ymhlith y plant neu'r rhieni/gofalwyr?	- Eco-Sgolion - Diwrnod Cadwch Gymru'n Daclus - Ysgolion Coedwig - Ysgolion Traeth - Ymweld â rhandir cymunedol, gerddi cymunedol, canolfan arddio, fferm leol, traeth, coetir, safle'r RSPB ac ati - Cymryd rhan mewn digwyddiadau/ carnifalau a gwyliau lleol - Ailgylchu cymunedol;		
2.3	Sut yr ydych yn monitro gwelliannau?	- Taflenni gwirio sy'n defnyddio wynebau hapus - Lleihau nifer y bagiau o wastraff, e.e. gwastraff bwyd - Arddangosfeydd gweledol o'r arbedion a wneir ar sail y broses o leihau gwastraff, ailddefnyddio, ailgylchu ac atgyweirio cynnyrch a pharchu'r amgylchedd - Lluniau 'cyn' ac 'ar ôl' sy'n dangos newidiadau i ardal		
2.4	Sut yr ydych yn sicrhau bod negeseuon cyson yn cael eu darparu/bod negeseuon cymysg yn cael eu hosgoi mewn perthynas â materion amgylcheddol?	- Y staff yn fodelau rôl, e.e. yn ailgylchu, yn compostio ac yn diffodd goleuadau - Rheolau/poster y lleoliad yn gyson â pholisi'r amgylchedd, e.e. ynghylch diffodd goleuadau, ailddefnyddio papur - Arferion yn ategu'r dysgu, h.y. goleuadau'n cael eu diffodd, papur yn cael ei ailgylchu a thapiau gwthio'n cael eu defnyddio - Dulliau cyfathrebu electronig – defnyddio ebost - Cyfryngau cymdeithasol		

2.5	Sut yr ydych yn ymateb i faterion amgylcheddol sy'n codi'n lleol (lle bo'n briodol)?	- Hyblygrwydd o ran y gweithgareddau a gynllunnir, e.e. newid yn y tywydd/ llifogydd, sbwriel yn cael ei daflu i mewn i'r eiddo / baw anifeiliaid		
Ethos a'r Amgylchedd				
	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
3.1	Sut yr ydych yn creu amgylchedd sy'n groesawgar, yn gyfeillgar, yn bleserus, yn ddiogel ac yn gymdeithasol i'r rhieni/gofalwyr a'r plant, a sut yr ydych yn cynnwys y plant?	- Archwiliad amgylcheddol e.e. Eco-Sgolion Cymru - Holiaduron i rieni/gofalwyr er mwyn cael eu barn am yr amgylchedd - Blwch awgrymiadau - Cyfarfodydd staff i drafod gwella amgylchedd y lleoliad - Gwybodaeth ac arwyddion clir - Y lleoliad wedi'i rannu'n barthau neu'n ardaloedd - Y tymheredd y tu mewn i'r lleoliad yn cael ei gynnal ar y lefel gywir - Amgylchedd digynnwrf heb annibendod - Arddangosfeydd ar uchder sy'n addas i blant - Arddangosfeydd i rieni/gofalwyr - Pegiau ar uchder sy'n addas i blant, a lluniau wrth eu hymyl		

		- Datblygu gerddi/potiau neu flychau plannu - Dodrefn a chyfarpar chwarae sy'n briodol i oedran y plant - Trefnu gwibdeithiau a gweithgareddau rheolaidd yn yr awyr agored - Ardaloedd eistedd, chwarae a dringo yn yr awyr agored - Dillad priodol ar gyfer yr awyr agored, e.e. esgidiau glaw, siwtiau glaw, menig, hetiau haul		
3.2	Sut yr ydych yn annog pobl yn weithredol i leihau gwastraff a sbwriel, sut yr ydych yn hybu dulliau o reoli gwastraff a sut yr ydych yn dewis cynnyrch sydd â chyn lleied o ddeunydd pecynnu ag sy'n bosibl?	- Prynu mewn llwyth - Defnyddio deunydd pecynnu y mae modd ei ailgylchu/compostio a bagiau y mae modd eu hailddefnyddio - Llythyrau newyddion yn cael eu hanfon drwy ebost, yn cael eu gosod ar y wefan neu'n cael eu lleihau i faint A5 - Peidio â defnyddio platiau a chwpanau a gaiff eu taflu ar ôl iddynt gael eu defnyddio - Gwastraff bwyd yn cael ei gompostio - Papur a chardbord yn cael eu hailddefnyddio a'u hailgylchu - Plastig, metel a gwydr yn cael eu hailgylchu - Annog pobl i ddefnyddio pecynnau bwyd heb ddeunydd pecynnu - Defnyddio siop leol sy'n gwerthu ffrwythau a llysiau		

3.3	Sut yr ydych yn cymryd camau i annog y sawl sy'n defnyddio'r lleoliad i ddefnyddio dulliau teithio cynaliadwy?	- Y staff yn rhannu ceir - Cerdded i fannau lleol o ddiddordeb yn hytrach na defnyddio bws mini - Darparu amserlen bws/trên yn y pecyn croeso neu mewn arddangosfeydd - Rhesel feiciau/sgwteri neu ardal storio beiciau/sgwteri - Rhywle i storio cadeiriau gwthio - Cerdded i ddigwyddiad y feithrinfa		
Cynnwys Teuluoedd a'r Gymuned				
	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
4.1	Sut yr ydych yn ymgysylltu ag unigolion, asiantaethau allanol, busnesau a/neu aelodau'r gymuned er mwyn cefnogi gweithgareddau amgylcheddol?	- Holiaduron i rieni/gofalwyr yn gofyn am gymorth perthnasol - Ymweld â chanolfannau garddio a chyfleusterau rheoli gwastraff ac ailgylchu - Defnyddio darparwyr gweithdai a grwpiau amgylcheddol/ cymdeithasau rhandiroedd lleol - Eco-Sgolion, Athrawon y Blynyddoedd Cynnar - Ysgolion Coedwig - Ysgolion Traeth - Cyfoeth Naturiol Cymru - Cadwch Gymru'n Daclus		

4.2	Pa wybodaeth yr ydych yn ei darparu i rieni/gofalwyr am bwysigrwydd mentrau amgylcheddol yn y lleoliad?	- Llythyrau newyddion, gwefan a/ neu arddangosfeydd yn cynnwys gwybodaeth e.e. am ailgylchu, garddio, y polisi/cod eco - Diwrnod garddio agored gyda'r rhieni/gofalwyr a'r plant - Rhieni/gofalwyr yn mynd gyda'r plant ar ymweliadau, e.e. ymweliadau â chanolfannau garddio, ffermydd a safleoedd yr RSPB		
4.3	Sut yr ydych yn sicrhau bod pob aelod o gymuned y lleoliad yn cydymffurfio â'r polisi ynghylch amgylcheddau di-fwg, gan gynnwys e-sigaréts?	- Arwyddion - Polisi - Hysbysfwrdd gwybodaeth, llythyrau newyddion, gwefan - Ymwybyddiaeth ynghylch ceir/ cartrefi di-fwg - Hybu Dim Smygu Cymru - Meysydd chwarae di-fwg		

DIOGELWCH

Diogelwch

Mae'r adran hon yn adlewyrchu dull rhagweithiol ac adweithiol o ymdrin â phob agwedd ar ddiogelwch, gan gynnwys gwaith ar bob sylwedd. Dylid cydnabod y gallai'r defnydd y mae rhieni a staff yn ei wneud o alcohol a sylweddau anghyfreithlon effeithio ar ddiogelwch y plant yn y lleoliad. Caiff ysmygu ei gynnwys yn yr adran hon hefyd, ond dylid ei ystyried nid yn unig yn fater sy'n ymwneud â diogelwch ond yn fater sy'n ymwneud ag iechyd hefyd.

Rhaid mynd i'r afael â phob cwestiwn a rhaid bod o leiaf un darn o dystiolaeth ar gael adeg yr asesiad. Gall y dystiolaeth fod ar ffurf dogfennau, gwaith arsylwi neu naratif:

D **Dogfennau** – er enghraifft tystiolaeth ysgrifenedig megis polisïau, ffotograffau, gwaith y plant, gwaith cynllunio, llythyrau, llythyrau newyddion, gwefan y lleoliad, nodiadau cyfarfodydd a darnau allan o adroddiadau.

A **Gwaith arsylwi** – gallai fod yn waith arsylwi gan y cydlynydd lleol. Rhaid iddo fod wedi digwydd o fewn 12 mis i'r asesiad. Gall y cydlynydd lleol ychwanegu dyddiad a llofnod i nodi ei fod wedi arsylwi'r hyn y mae'r lleoliad wedi'i ddisgrifio. Yn ogystal, tystiolaeth a arsylwyd yw tystiolaeth y mae'r aseswyr yn ei gweld yn ystod eu hamser yn y lleoliad, e.e. arddangosfeydd, arwyddion a llyfrau lloffion.

N **Naratif** – mae'r math hwn o dystiolaeth yn cynnwys trafodaethau ag unrhyw unigolion, grwpiau, asiantaethau partner neu blant yn ystod yr ymweliad asesu.

Arweinyddiaeth a Chyfathrebu				
	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
1.1	A oes polisïau, gweithdrefnau a/neu asesiadau risg ar gael, sy'n cael eu hadolygu a'u diweddaru'n rheolaidd, ac a oes gennych unigolyn a enwyd sy'n gyfrifol am arwain eich gwaith ym mhob agwedd ar ddiogelwch?	Sicrhau bod polisïau / gweithdrefnau ynghylch y canlynol ar gael yn ogystal â pholisïau statudol: - Diogelwch yn yr haul - E-ddiogelwch - Ffonau symudol a'r rhyngrwyd - Cymorth cyntaf - Rhoi meddyginiaeth - Diogelwch ar y ffyrdd - Gwibdeithiau - Bwyd, gan gynnwys diogelwch rhag alergenau - Diogelwch ar yr iard chwarae - Pobl sy'n gweithio ar eu pen eu hunain - Ysmygu, e-sigaréts, alcohol a defnyddio neu gamddefnyddio sylweddau eraill - Imiwneiddio, gan gynnwys rheoli achosion o salwch - Gwiriadau'r Gwasanaeth Datgelu a Gwahardd a thystlythyrau ar gyfer y staff - Diogelwch tân a gadael yr adeilad mewn argyfwng		

1.2	Sut yr ydych yn monitro ac yn cofnodi gweithdrefnau?	- Canllawiau ynghylch atgyfeirio at ddibenion diogelu ar gael i'r staff eu gweld, e.e. ar hysbysfyrddau'r staff, yn yr ystafell staff, yn llawlyfr y staff - Logiau e-ddiogelwch - Cofrestr salwch, a chofnod o'r achosion o salwch y rhoddwyd gwybod i'r Tîm Diogelu Iechyd amdanynt - Llyfr ymwelwyr - Llyfr damweiniau a digwyddiadau, sy'n cynnwys rhoi gwybod i rieni/gofalwyr - Y llyfr damweiniau'n cael ei adolygu'n rheolaidd er mwyn chwilio am batrymau - Ffurflenni rhoi meddyginiaeth a ffurflenni caniatâd - Ffurflen ganiatâd ynghylch ffotograffau/cyhoeddusrwydd - Asesiadau risg yn cael eu hadolygu'n rheolaidd - Arolygiadau iechyd a diogelwch rheolaidd - Adroddiadau gan sefydliadau eraill sy'n cyfeirio at ddiogelwch - Cofnodion cyfarfodydd staff perthnasol sy'n trafod diogelwch - Gweithdrefnau i sicrhau bod y blwch cymorth cyntaf yn cael ei wirio - Cofnodion tymheredd yr oergell - Siart/gwybodaeth am alergenau - Rhestr wirio i'w defnyddio wrth archwilio'r ardal awyr agored		

1.3	Pa hyfforddiant ynghylch diogelwch y mae'r staff wedi'i gael, a sut y mae hynny wedi dylanwadu ar arferion?	- Rhestr o'r hyfforddiant diweddar sy'n berthnasol i'r polisïau a nodir yn 1.1 - Sesiynau sefydlu staff yn cynnwys diogelwch - Mae arferion wedi newid drwy…		
1.4	Sut yr ydych yn sicrhau bod digon o staff sydd wedi cael hyfforddiant cymorth cyntaf yn bresennol ar y safle i ofalu am fabanod a phlant ifanc?	- Tystiolaeth o hyfforddiant cymorth cyntaf - Rotâu'r staff yn sicrhau bod digon o staff yn bresennol sy'n gymwys i roi cymorth cyntaf - Rolau aelodau penodol o staff yn glir		
1.5	Sut yr ydych yn sicrhau eich bod yn cael caniatâd ysgrifenedig gan riant/gofalwr ynghylch rhoi cyngor neu driniaeth feddygol frys?	- Pecyn croeso – y ffurflen gais/caniatâd adeg derbyn plentyn i'r lleoliad yn cynnwys caniatâd i roi triniaeth feddygol frys		
1.6	Sut yr ydych yn ymateb i statws imiwneiddio anghyflawn plant a staff?	- Cyfeirio at y rhestr imiwneiddio os oes achosion o salwch yn digwydd - Gwybodaeth gyffredinol am imiwneiddio mewn llythyrau newyddion/ar hysbysfyrddau		
1.7	Sut yr ydych yn sicrhau bod y nwyddau glanhau a'r cemegolion a ddefnyddir ar y safle'n cael eu defnyddio a'u storio'n gywir?	- Storio nwyddau mewn mannau nad oes modd i'r plant fynd iddynt - Ffeil y Rheoliadau Rheoli Sylweddau Peryglus i Iechyd - Y gweithdrefnau glanhau'n cyfeirio at storio a defnyddio nwyddau'n ddiogel - Polisi iechyd a diogelwch - Asesiadau risg		

1.8	Sut y caiff canllawiau ynghylch hylendid a storio pecynnau bwyd yn ddiogel eu rhoi i rieni/gofalwyr/staff?	Darperir gwybodaeth: - mewn pecynnau i rieni/gofalwyr - ar hysbysfwrdd - ar y wefan - mewn llythyrau a llythyrau newyddion - yn llawlyfr y staff		
Cynllunio a Chyflawni				
	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
2.1	Pa weithgareddau a phrofiadau yr ydych yn eu darparu sy'n annog y plant i'w cadw eu hunain yn ddiogel ac yn iach, lleihau damweiniau, eu parchu eu hunain a pharchu eraill a'r amgylchedd?	- Amser cylch - Gosod rheolau - Gweithdrefnau cerdded - Ymarfer y weithdrefn ar gyfer gadael yr adeilad mewn argyfwng - Y pwnc "Pobl sy'n ein helpu" - Diogelwch yn y cartref (meddyginiaethau / nwyddau ar gyfer y cartref / sylweddau cyfreithlon ac anghyfreithlon) - Sgiliau diogelwch ar y ffyrdd - Gweithgareddau diogelwch yn yr haul - Corff iach - Cyffwrdd diogel - Chwarae rôl, straeon - Amser tacluso		

2.2	Pa fentrau lleol/cenedlaethol yr ydych yn rhan ohonynt sy'n hybu diogelwch plant neu rieni/gofalwyr?	- Wythnos Diogelwch Plant - Wythnos Diogelwch ar y Ffyrdd - Wythnos Diogelwch yn yr Haul - Diwrnod Defnyddio'r Rhyngrwyd yn Fwy Diogel		
2.3	Sut yr ydych yn sicrhau bod negeseuon cyson yn cael eu darparu/bod negeseuon cymysg yn cael eu hosgoi mewn perthynas â phob agwedd ar ddiogelwch?	- Y staff yn fodelau rôl, e.e. nid ydynt yn ysmygu nac yn yfed alcohol, ac maent yn defnyddio eli haul a hetiau haul - Hyfforddiant i staff - Rheolau'r lleoliad yn gyson â pholisïau diogelwch		
Ethos a'r Amgylchedd				
	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
3.1	Sut yr ydych yn creu amgylchedd dysgu diogel, a sut yr ydych yn cynnwys y plant?	- Cyfarfodydd staff i drafod gwelliannau o ran diogelwch - Gweler y polisïau a'r gweithdrefnau yn 1.1, 1.2 ac 1.4 - Llyfr ymwelwyr - Amser tacluso - Dim annibendod na pheryglon - Rheolau ar gyfer pob ardal chwarae		

3.2	Sut yr ydych yn sicrhau bod yr holl staff ac ymwelwyr yn cefnogi polisïau ac arferion y lleoliad cyn-ysgol?	- Y polisïau ar gael ar y wefan neu mewn ffolder er mwyn i rieni/ gofalwyr allu eu gweld - Gweler 2.3 hefyd ynghylch negeseuon cyson - Sesiynau sefydlu staff yn cynnwys polisïau a gweithdrefnau, asesiadau risg a chyfrifoldebau'n ymwneud â diogelwch - Llawlyfr y staff yn cynnwys polisïau a gweithdrefnau, asesiadau risg a chyfrifoldebau'n ymwneud â diogelwch - Y staff yn llofnodi polisïau a gweithdrefnau diogelwch i nodi eu bod yn eu deall - Diweddariadau i bolisïau a gweithdrefnau ac asesiadau risg yn ymwneud â diogelwch yn cael eu trafod mewn cyfarfodydd staff - Llyfr ymwelwyr - Arwyddion ynghylch diogelwch o gwmpas y lleoliad, e.e. ynghylch cerdded ar y grisiau, archwilio'r cyfarpar chwarae cyn ei ddefnyddio - Hysbysfwrdd - Gwiriadau'r Gwasanaeth Datgelu a Gwahardd		
3.3	Sut yr ydych yn sicrhau bod amgylchedd y lleoliad cyfan, gan gynnwys yr ardal sydd y tu allan, yn ardal ddi-fwg lle na chaiff e-sigaréts eu defnyddio chwaith?	- Arwyddion - Polisi - Hysbysfwrdd gwybodaeth, llythyrau newyddion, gwefan - Ymwybyddiaeth o geir di-fwg		

Cynnwys Teuluoedd a'r Gymuned				
	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
4.1	Sut yr ydych yn ymgysylltu ag unigolion, asiantaethau allanol, busnesau a/neu aelodau'r gymuned er mwyn cynorthwyo'r plant a'r rhieni/gofalwyr gyda materion sy'n gysylltiedig â diogelwch, sylweddau a thybaco?	- Holiaduron i rieni/gofalwyr yn gofyn am gymorth perthnasol - Arolygiaeth Gofal a Gwasanaethau Cymdeithasol Cymru - Cymdeithas Genedlaethol Meithrinfeydd Dydd, Cymdeithas Darparwyr Cyn-ysgol Cymru, Cymdeithas Broffesiynol Gofal Plant a'r Blynyddoedd Cynnar, Mudiad Meithrin, Clybiau Plant Cymru - Ymwelwyr iechyd - Asiantaethau cyfeirio sydd wedi cynorthwyo'r gwaith o ddatblygu polisïau - Y gwasanaeth tân - Yr heddlu - Nyrs - Ambiwlans - Y dyn neu'r ddynes lolipop - Yr Ymddiriedolaeth Atal Damweiniau ymhlith Plant		

4.2	Sut y caiff gwybodaeth ei darparu i rieni/gofalwyr am sylweddau ac ysmygu a phwysigrwydd diogelwch?	- Llythyrau newyddion, gwefannau a/neu arddangosfeydd yn cynnwys gwybodaeth e.e. am seddi car, diogelwch yn yr haul, diogelwch mewn dŵr ac wrth ymyl dŵr, rhoi'r gorau i ysmygu - Gwybodaeth am fod yn ddi-fwg yn y pecyn croeso - Ymwybyddiaeth o geir di-fwg - Cartrefi di-fwg - Hyrwyddo diwrnodau dim ysmygu - Sesiynau Aros a Chwarae - Gwybodaeth am absenoldeb oherwydd salwch - Gwybodaeth am achosion o salwch yn cael ei hanfon at rieni/gofalwyr e.e. achosion o'r frech goch - Gwybodaeth am imiwneiddio'n cael ei rhannu â rhieni/gofalwyr - Cael gafael ar wybodaeth o wefan yr Ymddiriedolaeth Atal Damweiniau ymhlith Plant i'w rhannu â rhieni/gofalwyr - Diwrnod agored gyda phartneriaid		

HYLENDID

Hylendid

Mae hylendid da'n hollbwysig i leoliadau'r blynyddoedd cynnar, ac mae cyngor perthnasol ynghylch hylendid ar gael yn y ddogfen 'Atal a Rheoli Heintiau ar gyfer Lleoliadau Gofal Plant (0 – 5 oed)'.

http://howis.wales.nhs.uk/sitesplus/888/page/62043#setting

Rhaid mynd i'r afael â phob cwestiwn a rhaid bod o leiaf un darn o dystiolaeth ar gael adeg yr asesiad. Gall y dystiolaeth fod ar ffurf dogfennau, gwaith arsylwi neu naratif:

D	**Dogfennau** – er enghraifft tystiolaeth ysgrifenedig megis polisïau, ffotograffau, gwaith y plant, gwaith cynllunio, llythyrau, llythyrau newyddion, gwefan y lleoliad, nodiadau cyfarfodydd a darnau allan o adroddiadau.
A	**Gwaith arsylwi** – gallai fod yn waith arsylwi gan y cydlynydd lleol. Rhaid iddo fod wedi digwydd o fewn 12 mis i'r asesiad. Gall y cydlynydd lleol ychwanegu dyddiad a llofnod i nodi ei fod wedi arsylwi'r hyn y mae'r lleoliad wedi'i ddisgrifio. Yn ogystal, tystiolaeth a arsylwyd yw tystiolaeth y mae'r aseswyr yn ei gweld yn ystod eu hamser yn y lleoliad, e.e. arddangosfeydd, arwyddion a llyfrau lloffion.
N	**Naratif** – mae'r math hwn o dystiolaeth yn cynnwys trafodaethau ag unrhyw unigolion, grwpiau, asiantaethau partner neu blant yn ystod yr ymweliad asesu.

Arweinyddiaeth a Chyfathrebu

	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
1.1	Pa bolisïau, gweithdrefnau a/neu asesiadau risg yn ymwneud â hylendid sydd gennych i arwain eich gwaith ar hylendid a rheoli heintiau?	- Unigolyn a enwyd yn gyfrifol am hylendid neu agweddau ar hylendid - Polisi hylendid - Polisi diogelwch bwyd Dyma enghreifftiau o weithdrefnau neu asesiadau risg sy'n ymwneud â hylendid (gweler 'Atal a Rheoli Heintiau ar gyfer Lleoliadau Gofal Plant (0 – 5 oed)'): - Defnyddio pecyn 'Bwyd Mwy Diogel, Busnes Gwell' yr Asiantaeth Safonau Bwyd i arlwywyr (meithrinfeydd) a gwarchodwyr plant - Hylendid yn y gegin, paratoi a storio bwyd - Paratoi poteli a rhoi a storio llaeth y fron - Golchi dwylo - Amserlenni, cyfarwyddiadau a rhestrau gwirio ar gyfer glanhau'r safle - Amserlenni glanhau teganau a chyfarpar		

		- Mynd i'r toiled: newid cewynnau, dysgu mynd i'r toiled, dysgu defnyddio'r poti - Hylendid o ran dymis - Hylendid o ran brwshis dannedd - Hylif y corff a gwaed a gollir - Golchi dillad - Anifeiliaid anwes neu ymweliadau â'r sw/fferm - Rheoli gwastraff - Achosion o eithrio oherwydd salwch - Llau pen		
1.2	Sut yr ydych yn monitro, yn cofnodi ac yn adolygu polisïau a gweithdrefnau hylendid?	- Asesiadau risg yn cael eu hadolygu'n rheolaidd - Arolygiadau iechyd a diogelwch rheolaidd - Adroddiadau gan sefydliadau eraill e.e. arolygiadau Arolygiaeth Gofal a Gwasanaethau Cymdeithasol Cymru - Arolygiadau iechyd yr amgylchedd - Cofnodion cyfarfodydd staff perthnasol - Taflenni llofnodi ar gyfer glanhau - Taflenni llofnodi ar gyfer monitro toiledau - Tymheredd yr oergell yn cael ei gofnodi'n ddyddiol		
1.3	Sut yr ydych wedi ystyried yr 'Offeryn Archwilio Rheoli Heintiau ar gyfer Lleoliadau Gofal Plant' ac wedi gweithredu'r argymhellion lle bônt yn berthnasol?	- Wedi cwblhau'r offeryn archwilio a'i anfon i'r Tîm Diogelu Iechyd yn Adran Iechyd yr Amgylchedd / Iechyd Cyhoeddus Cymru		

		- Wedi cael taflen argymhellion gan y Tîm Diogelu Iechyd yn Adran Iechyd yr Amgylchedd / Iechyd Cyhoeddus Cymru - Tystiolaeth o'r newidiadau a wnaed		
1.4	A allwch esbonio pa hyfforddiant ynghylch hylendid y mae'r staff wedi'i gael, a sut y mae hynny wedi dylanwadu ar arferion?	- Hyfforddiant Diogelwch Bwyd - Hyfforddiant lleol ynghylch hylendid - Hyfforddiant lleol ynghylch golchi dwylo - Sesiynau sefydlu'n cynnwys hyfforddiant a gwybodaeth ynghylch hylendid - Cyfarfodydd staff yn cynnwys trafodaeth am hylendid - Mae arferion wedi newid drwy…		
1.5	Sut yr ydych yn ymgorffori hyblygrwydd er mwyn ymateb i faterion sy'n codi'n lleol (lle bo'n briodol)?	- Dilyn adran 6 (Adrodd am Glefydau Heintus ac Achosion) yn 'Atal a Rheoli Heintiau ar gyfer Lleoliadau Gofal Plant' - Llythyrau ynghylch achosion o salwch yn cael eu hanfon at rieni/gofalwyr yn ystod cyfnodau o salwch e.e. y frech goch - Eithrio plant am 48 awr pan fyddant yn dioddef o salwch a dolur rhydd - Llythyrau/taflenni ynghylch llau pen yn cael eu hanfon at rieni/gofalwyr		

Cynllunio a Chyflawni

	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
2.1	Pa weithgareddau a phrofiadau yr ydych yn eu darparu sy'n annog hylendid da ymhlith y plant?	- Gweithgaredd coginio yn cynnwys ymdrin â diogelwch bwyd, gwisgo ffedogau, clymu gwallt hir yn ôl, golchi dwylo ac ati - Asesiadau risg yn cael eu cynnal ar gyfer gweithgareddau'n ymwneud â bwyd / chwarae blêr - Gweithgareddau chwarae yn yr awyr agored/garddio yn cynnwys golchi dwylo a gwisgo oferôls, esgidiau glaw a menig - Gweithgaredd golchi dwylo - Gweithgareddau neu amser cylch ynglŷn â hylendid personol - Gweithgaredd brwsio dannedd - Gweithgaredd chwythu trwyn, tisian, pesychu a gwaredu hancesi papur mewn modd glanwaith - Gweithgaredd sy'n ymwneud ag anifeiliaid anwes yn cynnwys golchi dwylo wedyn (dylid cyfeirio at adran 22 'Atal a Rheoli Heintiau ar gyfer Lleoliadau Gofal Plant')		

2.2	Pa gyfleoedd yr ydych wedi manteisio arnynt i gymryd rhan mewn ystod o fentrau lleol a chenedlaethol?	- Cynllun Gwên - Mis Gwenu Cenedlaethol (Mai/ Mehefin) - Diwrnod Golchi Dwylo Byd-eang (15 Hydref) - Rhaglen Sneezesafe - Wythnos Diogelwch Bwyd (Mehefin) - Sgôr gan yr Asiantaeth Safonau Bwyd		
2.3	Sut yr ydych yn sicrhau bod negeseuon cyson yn cael eu darparu/bod negeseuon cymysg yn cael eu hosgoi?	- Negeseuon cyson yn cael eu darparu oherwydd y polisïau a'r gweithdrefnau a restrir yn 1.1 - Y staff yn fodelau rôl, e.e. yn gwisgo ffedog wrth drin bwyd ac wrth newid cewynnau, yn golchi eu dwylo ar ôl bod yn gweithio yn yr awyr agored ac ati - Hancesi papur ar gael ar uchder sy'n addas i blant ym mhob ystafell - Dŵr cynnes, sebon hylifol a thywelion papur ar gael i bob plentyn ac aelod o staff - Pob plentyn yn golchi ei ddwylo cyn bwyta neu baratoi bwyd - Canllawiau Cynllun Gwên ynghylch hylendid a rheoli heintiau'n cael eu dilyn - Asesiadau risg yn cael eu cynnal ar gyfer gwibdeithiau i sicrhau bod cyfleusterau priodol ar gael ar gyfer mynd i'r toiled a golchi dwylo		

		- Asesiadau risg yn cael eu cynnal ar gyfer ymweliadau â fferm neu'r sŵ (dylid cyfeirio at adran 22 'Atal a Rheoli Heintiau ar gyfer Lleoliadau Gofal Plant')		
Ethos a'r Amgylchedd				
	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
3.1	Sut yr ydych yn sicrhau bod yr holl staff ac ymwelwyr yn cefnogi polisïau ac arferion y lleoliad cyn-ysgol?	- Disgrifiadau swydd y staff yn dangos eu cyfrifoldebau o ran hylendid - Rota ddyletswyddau ar gyfer glanhau a hylendid - Gweler 2.3 hefyd ynghylch negeseuon cyson - Sesiynau sefydlu staff yn cynnwys polisïau a gweithdrefnau'n ymwneud â hylendid - Llawlyfr y staff yn cynnwys polisi, gweithdrefnau a chyfrifoldebau'n ymwneud â hylendid - Y staff yn llenwi rhestrau gwirio'n ymwneud â hylendid - Y staff yn llofnodi'r holl bolisïau a'r holl weithdrefnau'n ymwneud â hylendid i nodi eu bod yn eu deall - Diweddariadau i bolisïau a gweithdrefnau'n ymwneud â hylendid yn cael eu trafod mewn cyfarfodydd staff		

		- Y polisïau ar gael ar y wefan neu mewn ffolder er mwyn i rieni/gofalwyr allu eu gweld - Arwyddion ynghylch hylendid o gwmpas y lleoliad e.e. ynghylch golchi dwylo, rhestrau gwirio'n cael eu harddangos, ffedogau'n cael eu darparu ac ati		
3.2	Pa ganllawiau yr ydych yn eu harddangos mewn perthynas â hylendid, a ble y cânt eu harddangos?	- Esbonio ble y mae'r atebion yn 1.1 yn cael eu harddangos yn eich lleoliad - Rhestrau gwirio ar gyfer glanhau, hylendid yn y gegin a glanhau teganau a chyfarpar yn cael eu harddangos (ble?) - Posteri ynghylch sut a phryd i olchi dwylo i'w gweld wrth ymyl pob sinc - Y gweithdrefnau eithrio oherwydd salwch yn cael eu harddangos (ble?) - Y sgôr hylendid bwyd yn cael ei harddangos ar y drws - Posteri ynghylch pesychu a thisian / y rhaglen Sneezesafe - Gwaredu cewynnau		

Cynnwys Teuluoedd a'r Gymuned

	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	Enghreifftiau Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud (D A N)	Llofnod a dyddiad
4.1	Sut yr ydych yn ymgysylltu ag unigolion, asiantaethau allanol, busnesau a/neu aelodau'r gymuned er mwyn cefnogi polisi, gweithdrefnau ac arferion sy'n ymwneud â hylendid?	- Holiaduron i rieni/gofalwyr yn gofyn am gymorth perthnasol - Arolygiaeth Gofal a Gwasanaethau Cymdeithasol Cymru - Cymdeithas Genedlaethol Meithrinfeydd Dydd, Cymdeithas Darparwyr Cyn-ysgol Cymru, Cymdeithas Broffesiynol Gofal Plant a'r Blynyddoedd Cynnar, Mudiad Meithrin, Clybiau Plant Cymru ac ati - Ymwelydd iechyd - Tîm Cynllun Gwên - Ymweliad gan Swyddog Iechyd yr Amgylchedd / y Tîm Diogelu Iechyd Lleol ar gyfer yr offeryn archwilio		
4.2	Sut yr ydych yn darparu gwybodaeth i rieni/gofalwyr am bwysigrwydd hylendid da iddyn nhw ac i'w plant?	- Llythyrau newyddion, gwefannau a/neu arddangosfeydd yn cynnwys gwybodaeth e.e. am olchi dwylo a chyfnodau o eithrio plant oherwydd salwch		

		- Gwybodaeth i rieni/gofalwyr yn ystod achosion o salwch e.e. y frech goch - Gwybodaeth am hylendid dyddiol plentyn yn cael ei rhannu â'r rhieni/ gofalwyr yn nyddiadur y plentyn neu ar lafar drwy weithiwr allweddol		
Safonau Hylendid – Gofynion Sylfaenol **Rhaid i'r gofynion hyn fod wedi'u bodloni er mwyn cyflawni meini prawf y wobr genedlaethol ar gyfer hylendid**				
	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
5.1	Mae modd bob amser i'r plant a'r staff ddefnyddio toiledau sy'n cael eu hawyru'n dda ac sy'n cael eu glanhau'n rheolaidd			
5.2	Caiff sebon hylifol a dŵr cynnes eu darparu yn y toiledau ar gyfer y plant a'r staff			
5.3	Caiff papur toiled ei ddarparu yn y toiledau ar gyfer y plant a'r staff			
5.4	Caiff tywelion papur eu darparu yn y toiledau ar gyfer y plant a'r staff			
5.5	Caiff canllawiau eu harddangos i'r plant a'r staff ynghylch pryd a sut i olchi dwylo			

5.6	Mae cyfleusterau gwaredu cadachau mislif ar gael i aelodau benywaidd o staff	- e.e. Biniau â chaead arnynt		
5.7	Caiff y toiledau i blant eu glanhau a'u monitro'n rheolaidd	- Rota lanhau ar gyfer y toiledau - Taflen lofnodi ar gyfer glanhau'r toiledau		
5.8	Mae'r plant yn golchi eu dwylo cyn ac ar ôl bwyta a gweini bwyd			
5.9	Caiff peiriannau oeri dŵr eu glanhau a'u cynnal a'u cadw'n rheolaidd (os yn berthnasol)	- Taflen rhoi gwasanaeth i'r peiriant oeri dŵr - Taflen gwirio gosodiadau'r peiriant oeri dŵr		
5.10	Os yw'r plant yn yfed dŵr o boteli, ni chaiff y poteli hynny eu rhannu a cheir gweithdrefnau clir ar gyfer golchi'r poteli	Gweithdrefn ar waith ar gyfer golchi poteli dŵr, e.e.: - Caiff y poteli eu hanfon adref er mwyn i rieni/gofalwyr eu golchi - Caiff pob potel ei rhoi yn y peiriant golchi llestri'n wythnosol - Caiff pob potel ei sterileiddio'n wythnosol		
5.11	Caiff yr ystafell staff/y gegin eu cadw'n lân, e.e. y popty micro-don	- Rota ar gyfer glanhau'r ystafell staff		
5.12	Rhoddir canllawiau i'r rhieni/ gofalwyr ynghylch absenoldeb oherwydd salwch	Darperir gwybodaeth: - mewn pecynnau i rieni/gofalwyr - ar hysbysfwrdd - ar y wefan - mewn llythyrau a llythyrau newyddion		

5.13	Os yw'r lleoliad wedi'i asesu dan Gynllun Sgorio Hylendid Bwyd yr Asiantaeth Safonau Bwyd, rhaid ennill sgôr o 3 neu fwy a rhaid arddangos y sgôr honno			
5.14	Mae cyfleusterau ar gael i baratoi'n lanwaith ar gyfer bwydo babanod	- Dilyn adran 21 (Paratoi poteli / prydau llaeth) yn 'Atal a Rheoli Heintiau ar gyfer Lleoliadau Gofal Plant'		
5.15	Defnyddir cyfarpar sterileiddio addas ar gyfer dymis a chyfarpar bwydo babanod	- Dilyn adran 21 (Paratoi poteli / prydau llaeth) yn 'Atal a Rheoli Heintiau ar gyfer Lleoliadau Gofal Plant'		
5.16	Mae'n ddiogel i bob anifail sydd ar y safle fod yn agos i'r plant, ac nid ydynt yn peryglu iechyd y plant	- Polisi neu weithdrefn ar waith - Asesiad risg - Dilyn adran 22 (Anifeiliaid anwes ac ymweliadau â'r sŵ/fferm) yn 'Atal a Rheoli Heintiau ar gyfer Lleoliadau Gofal Plant'		

IECHYD A LLES YN Y GWEITHLE

Iechyd a Lles yn y Gweithle

****Nid yw'r adran hon yn berthnasol i warchodwyr plant sy'n gweithio ar eu pen eu hunain****

Mae'r adran hon yn adlewyrchu pwysigrwydd gweithle sy'n hybu iechyd ac sydd wedi ymrwymo i ddiogelu iechyd a lles yr holl staff. Mae arferion gweithio da'n bwysig ar gyfer iechyd a lles corfforol a meddyliol. Bydd gan gyflogwyr sy'n mabwysiadu arferion gweithio da weithlu hapus, iach a chynhyrchiol sydd â lefelau is o absenoldeb.

Rhaid mynd i'r afael â phob cwestiwn a rhaid bod o leiaf un darn o dystiolaeth ar gael adeg yr asesiad. Gall y dystiolaeth fod ar ffurf dogfennau, gwaith arsylwi neu naratif:

D **Dogfennau** – er enghraifft tystiolaeth ysgrifenedig megis polisïau, ffotograffau, gwaith y plant, gwaith cynllunio, llythyrau, llythyrau newyddion, gwefan y lleoliad, nodiadau cyfarfodydd a darnau allan o adroddiadau.

A **Gwaith arsylwi** – gallai fod yn waith arsylwi gan y cydlynydd lleol. Rhaid iddo fod wedi digwydd o fewn 12 mis i'r asesiad. Gall y cydlynydd lleol ychwanegu dyddiad a llofnod i nodi ei fod wedi arsylwi'r hyn y mae'r lleoliad wedi'i ddisgrifio. Yn ogystal, tystiolaeth a arsylwyd yw tystiolaeth y mae'r aseswyr yn ei gweld yn ystod eu hamser yn y lleoliad, e.e. arddangosfeydd, arwyddion a llyfrau lloffion.

N **Naratif** – mae'r math hwn o dystiolaeth yn cynnwys trafodaethau ag unrhyw unigolion, grwpiau, asiantaethau partner neu blant yn ystod yr ymweliad asesu.

Arweinyddiaeth a Chyfathrebu				
	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
1.1	Pa bolisïau sydd gennych i arwain eich gwaith ar sicrhau iechyd a lles y staff?	- Polisi ynghylch iechyd a lles y staff - Polisi ynghylch cydbwysedd rhwng bywyd a gwaith - Polisi gweithio hyblyg		
1.2	Sut yr ymgynghorir â'r staff a sut y cânt eu cynnwys yn ystod y broses o ddatblygu gweithle sy'n hybu iechyd?	- Holiaduron ynghylch iechyd a lles y staff - Cyfarfodydd staff i drafod lles - Blwch syniadau - Y staff yn arwain y gwaith o drefnu gweithgareddau'n ymwneud â lles a gweithgareddau cymdeithasol i'r staff e.e. sesiwn gerdded, digwyddiad cymdeithasol i'r staff		
1.3	Sut yr ydych yn sicrhau bod y staff yn cymryd rhan yn y broses o ddatblygu polisi a'u bod yn ymwybodol o bolisïau a gweithdrefnau?	- Y staff yn cael gwybod am bolisïau a gweithdrefnau yn ystod sesiynau sefydlu - Y polisïau a'r gweithdrefnau yn llawlyfr y staff - Y staff yn llofnodi polisïau i nodi eu bod wedi'u darllen - Y polisïau'n cael eu hadolygu mewn cyfarfodydd tîm yn rhan o'r adolygiad o ansawdd gofal. Gall pob aelod o staff awgrymu newidiadau		

		- Polisïau a gweithdrefnau'n cael eu trafod yn rhan o arfarniadau / adolygiadau blynyddol - Polisïau a gweithdrefnau a ddiweddarwyd yn cael eu rhannu â'r staff mewn cyfarfodydd tîm. Yna mae'r staff yn eu llofnodi eto - Hyfforddiant yn cael ei ddarparu i roi'r wybodaeth ddiweddaraf i'r staff am bolisïau neu weithdrefnau		
1.4	Sut yr ydych yn sicrhau bod y staff yn cael cyfleoedd i ddatblygu sgiliau, a gwybodaeth am iechyd, diogelwch a lles, a sut y mae hyfforddiant wedi dylanwadu ar arferion yn y lleoliad?	- Rhaglen hyfforddiant allanol a mewnol gydlynol ar waith - Pob aelod o staff yn cael mynediad i hyfforddiant - Hyfforddiant rheoli straen - Hyfforddiant ynghylch Pum Ffordd at Les, a gwybodaeth yn cael ei rhoi i'r staff - Hyfforddiant ynghylch cydraddoldeb - E-ddysgu ar gyfer cyrsiau megis rhai'n ymwneud â diogelwch bwyd a diogelu - Cael benthyg adnoddau hybu iechyd gan y Wobr Iechyd Gweithle Bach - Gwybodaeth am iechyd, megis taflenni a phosteri, ar gael yn ardaloedd y staff/ ar hysbysfwrdd iechyd y staff, e.e. gwybodaeth am Dim Smygu Cymru, Dan 24/7, Sefydliad Prydeinig y Galon - Hyfforddiant ar gael i'r staff sydd â meysydd cyfrifoldeb e.e. hyfforddiant ynghylch arfarnu a hyfforddiant ynghylch goruchwylio i arweinwyr a rheolwyr		

		- Y staff yn bwyta'n fwy iach - Y staff yn gwneud mwy o ymarfer corff - Gweithdrefnau'n cael eu datblygu ar gyfer ymdrin â straen - Y staff yn cael gwybodaeth am iechyd yn ystod amser egwyl - Camau gweithredu'n cael eu datblygu gyda'r holl staff yn dilyn adborth o hyfforddiant		
Cynllunio a Chyflawni				
	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
2.1	Pa gyfle y mae'r staff yn ei gael i drafod materion sy'n ymwneud â'u swydd, a pha gymorth yr ydych yn ei gynnig pan fyddant yn ymdrin â materion sensitif?	- Trafodaethau rheolaidd â'r rheolwr/arweinydd tîm - Cyfarfodydd tîm rheolaidd - Cyfarfodydd rheolaidd ar gyfer y lleoliad cyfan - Arfarniadau / cyfarfodydd un i un - Arsylwi'r staff - Polisi drws agored gan y rheolwyr - Staff yn bydis i'w gilydd - Cymru Iach ar Waith, y wefan ac Iechyd ar Waith - Iechyd Galwedigaethol - Llinell Gyngor Iechyd Galwedigaethol i reolwyr a staff		

2.2	Pa ddull yr ydych yn ei ddefnyddio i fesur bodlonrwydd y staff?	- Holiaduron / arolygon staff yn cael eu cwblhau'n flynyddol - Cyfarfodydd tîm - Cyfarfodydd ar gyfer y lleoliad cyfan - Trafodaethau anffurfiol - Barn y staff		
2.3	Pa gamau yr ydych wedi'u cymryd yn dilyn adborth gan y staff?	- Manylion unrhyw newidiadau a wnaed o ganlyniad i adborth neu awgrymiadau gan y staff		
Ethos a'r Amgylchedd				
	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
3.1	A oes gan y staff amseroedd penodol ar gyfer cael egwyl ac amser cinio i ffwrdd oddi wrth y plant?	- Rota / amserlen ar gyfer amseroedd egwyl y staff - Llawlyfr / sesiynau sefydlu'r staff		
3.2	A yw'r staff o'r farn bod cyfleusterau'r ystafell staff yn ddigonol (os yn berthnasol)?	- Ystafell sydd i ffwrdd oddi wrth y plant - Cyfleusterau i goginio a pharatoi diodydd poeth ac ati - Lle i eistedd a byrddau - Sinc - Yn lân ac yn daclus		

3.3	A oes toiledau ar wahân ar gael i'r oedolion, lle bo'n ymarferol?			
3.4	Sut yr ydych yn helpu'r staff i fynd i'r afael â chydbwysedd rhwng bywyd a gwaith?	- Llawlyfr y staff - Polisi gweithio hyblyg - Rhoi cyngor ac arweiniad		
3.5	Sut y caiff salwch a threfniadau dychwelyd i'r gwaith eu rheoli?	- Llawlyfr y staff - Contract y staff - Polisi salwch / polisi dychwelyd i'r gwaith		
3.6	Pa weithgareddau yr ydych yn eu darparu er mwyn helpu'r staff i ddatblygu eu hyder, eu hunan-barch a'u lles nhw eu hunain a hyder, hunan-barch a lles pobl eraill?	- Mae gan y staff gyfrifoldebau penodol er mwyn datblygu hyder - Mae'r staff yn cymryd eu tro i drefnu digwyddiadau cymdeithasol neu weithgareddau wythnosol - Trefnir sesiwn rhannu gwybodaeth am les i'r staff, a chaiff siaradwyr gwadd eu croesawu iddi, e.e. siaradwr i sôn am gyffuriau ac alcohol, siaradwr o Dim Smygu Cymru, deietegydd		
3.7	Pa ddigwyddiadau cymdeithasol a gaiff eu trefnu ar gyfer y staff?	- Parti Nadolig - Teithiau cerdded a digwyddiadau noddedig - Gwibdeithiau neu brydau bwyd bob wythnos/bob tymor - Y staff yn cyfarfod i wneud ymarfer corff gyda'i gilydd - Sesiynau ffitrwydd yn cael eu trefnu i'r staff, e.e. Zumba		

3.8	Sut yr ydych yn cyfathrebu â phob aelod o staff?	- Cyfarfod briffio dyddiol i bob aelod o staff - Llythyrau newyddion - Blwch negeseuon i bob aelod o staff - Hysbysfwrdd - Bwrdd gwyn â negeseuon arno		
Cynnwys Teuluoedd a'r Gymuned				
	Cwestiynau asesu Mae angen mynd i'r afael â'r holl gwestiynau hyn	**Enghreifftiau** Dyma syniadau ynghylch pethau y gallech eu hystyried – nid oes disgwyl i chi gyflawni pob un ohonynt	**Tystiolaeth o'r pethau yr ydym wedi'u gwneud** (D A N)	**Llofnod a dyddiad**
4.1	Pa fynediad sydd gan y staff i wasanaethau arbenigol?	- Hybu Gwaith Cymru - Llinell Gyngor Iechyd ar Waith - Iechyd Galwedigaethol - Cefnau Cymru		