

RHESTR WIRIO AR GYFER BOD YN DDIOGEL O RAN COVID-19



ENW'R CYFLEUSTER:	
CYFEIRIAD Y CYFLEUSTER:	

MEINI PRAWF	CWBLHAWYD	NODIADAU
COFRESTRU AC ADDYSG		
Oes Rheolwr Gweithrediadau ac Arweinwyr Gweithredol perthnasol wedi'u penodi?	☐	
Yw pob unigolyn (boed yn chwaraewr, yn un o hyfforddwyr y Clwb, yn aelod o staff cymorth y Clwb neu fel arall) wedi rhoi cadarnhad ysgrifenedig i'r Rheolwr COVID-19 ei fod yn deall risgiau'r clefyd i boblogaethau sy'n wynebu risg, a'r posibilrwydd y gallai'r clefyd gael ei drosglwyddo'n anfwriadol?	☐	
Oes dull fesul cam o weithredu wrth baratoi ar gyfer dychwelyd i amgylchedd y Clwb fel arfer wedi'i ystyried (h.y. lle bydd rhyngweithio arferol â phobl eraill yn digwydd)?	☐	
Oes dull fesul cam o weithredu wrth ddarparu gwasanaethau ategol mewn cyfleusterau hyfforddiant, er mwyn gwneud popeth posibl i atal a rheoli haint, wedi'i ystyried, er enghraifft drwy sicrhau na chaiff neb ddefnyddio'r swyddfeydd, yr ystafelloedd newid na chyfleusterau cegin yn ystod y cyfnod cynnar pan fydd pobl yn dychwelyd?	☐	
Oes ffurflen wedi'i chreu a'i dosbarthu sy'n datgan bod yn rhaid i bob unigolyn roi cadarnhad ysgrifenedig: i) nad ydynt, hyd y maent yn gwybod, yn dioddef o COVID-19 ar hyn o bryd ii) nad ydynt wedi cael unrhyw symptomau yn ystod y 7 diwrnod blaenorol (gwres, peswch parhaus newydd neu achos newydd o brinder anadl na allant ei esbonio) sy'n ymwneud â COVID-19 iii) nad ydynt yn ystod yr 14 diwrnod blaenorol wedi bod mewn cysylltiad ag achos a gadarnhawyd neu a amheuir o COVID-19?	☐	
Os yw ar gael, oes tystiolaeth ysgrifenedig o unrhyw brawf neu frechiad COVID-19 perthnasol wedi'i darparu (boed yn brawf swab, yn brawf antigenau, yn brawf gwrthgyrff, yn frechiad neu'n brawf arall)?	☐	
Yw pob unigolyn wedi cwblhau sesiwn addysg?	☐	
Yw pob un o swyddogion cymorth cyntaf y Clwb wedi mynychu gweminar URC ynghylch cymorth cyntaf / cyfarpar diogelu personol?	☐	
Yw pob unigolyn wedi rhoi cadarnhad ysgrifenedig ei fod wedi deall y gweithdrefnau i gyd ac y bydd yn eu dilyn?	☐	

RHESTR WIRIO AR GYFER BOD YN DDIOGEL O RAN COVID-19



MEINI PRAWF	CWBLHAWYD	NODIADAU
PARATOI CYFLEUSTER		
Yw'r cyfleuster wedi'i 'lanhau'n drwyadl' yn unol â chanllawiau Sefydliad Iechyd y Byd neu'r awdurdod iechyd cyhoeddus perthnasol?	☐	
Oes proses ar gael ar gyfer 'glanhau'n drwyadl' bob 24 awr?	☐	
Oes mynedfeydd ac allanfeydd ar wahân ar gael sydd wedi'u nodi'n glir?	☐	
Oes manau pwrpasol ar gael sydd wedi'u nodi'n glir (lle ceir cynnyrch/cyfarpar addas) wrth bob mynedfa ac allanfa ac mewn amryw leoliadau eraill yn y cyfleuster, ar gyfer diheintio dwylo a/neu olchi/sychu dwylo?	☐	
Oes stoc briodol o gynnyrch/cyfarpar addas ar gael, er enghraifft hylif diheintio dwylo, dŵr, sebon gwrthfacterol a chynnyrch glanhau?	☐	
Oes stoc ddigonol o gyfarpar diogelu personol priodol ar gael, a dull addas o waredu'r cyfarpar hwnnw'n ddiogel?	☐	
Oes dulliau priodol ar gael o reoli pwy sy'n dod i mewn ac allan o'r cyfleuster?	☐	
Oes system briodol ar gael ar gyfer cofnodi pwy sy'n dod i mewn ac allan o'r cyfleuster er mwyn cynorthwyo unrhyw waith y gallai fod angen ei gyflawni er mwyn olrhain cysylltiadau?	☐	
Oes arwyddion priodol ar gael (gan gynnwys posteri) sy'n rhybuddio rhag peryglon COVID-19 ac sy'n rhybuddio ynghylch yr angen i lynu wrth y canllawiau perthnasol?	☐	
Oes ardal ynysu bwrpasol ar gael i'w defnyddio gan unrhyw unigolion sy'n dangos symptomau COVID-19 yn y gwaith?	☐	
Oes proses lanhau wedi'i hystyried ar gyfer ardaloedd a chyfarpar y mae pobl yn eu cyffwrdd yn aml?	☐	

RHESTR WIRIO AR GYFER BOD YN DDIOGEL O RAN COVID-19



**RHESTR WIRIO YNGHYLCH SUT Y DYLLID PARATOI CYFLEUSTERAU PERTHNASOL A
GOFALU AMDANYNT WEDYN**

MEINI PRAWF	CWBLHAWYD	NODIADAU
Yw lleoliad unrhyw hyfforddiant wedi'i ystyried?	☐	
Lle bo'n berthnasol, yw'r gwaith o baratoi cyfleusterau ar gyfer timau eraill sy'n ymweld â'r Clwb wedi'i ystyried?	☐	

Os oes unrhyw bryderon ynghylch a yw'r Clwb yn cyrraedd y safonau gofynnol, dylid dwyn y pryderon hynny i sylw Ysgrifennydd y Clwb a'r Pwyllgor Rheoli i ddechrau.

I gael rhagor o gymorth a chael atebion i unrhyw ymholiadau eraill, dylid cysylltu ag URC drwy Jrogers@wru.wales