

Datgloi Darpariaeth Gofal Plant yng Nghaerdydd

Mae'r ddogfen ganlynol yn offeryn cyfarwyddyd i gefnogi'r lleoliadau gydag ail-agor gofal plant ar gyfer gweithwyr ar draws Cyngor Caerdydd nad ydynt yn weithwyr allweddol. Mae'r ddogfen yn dwyn ynghyd Ganllawiau cyfredol Llywodraeth Cymru yn ogystal â gwybodaeth gan sefydliadau ambarél a Dechrau'n Deg.

Sylwer bod gwybodaeth yn newid yn ddyddiol o ran Covid 19, gofynnwn i ddarparwyr ddefnyddio'r dolenni a ddarperir er mwyn sicrhau bod y wybodaeth ddiweddaraf ganddynt.

Cynnwys

Canllawiau Cyfredol Llywodraeth Cymru ar gyfer Lleoliadau Gofal Plant.....	3
Cynnig Gofal Plant (CGP) a Chynllun Cymorth Gofal Plant Coronafeirws (CCGP-C)	4
Cynllun Cadw Swyddi.....	6
Arolygiaeth Gofal Cymru (AGC).....	8
Cyngor ac Arweiniad gan Sefydliadau Ymbarél.....	10
Cymorth ariannol sydd ar gael.....	10
Asesiad risg.....	11
Cadw pellter cymdeithasol a Gofal Plant.....	12
Gofal Cofleidiol / Cymysgu Grwpiau	13
Canllawiau Ailagor i Fusnesau gan yr Asiantaeth Safonau Bwyd.....	14
Atal a rheoli haint.....	14
Hylendid Dwylo.....	14
Diheintydd Dwylo.....	15
Golchi Dwylo.....	15
Pesychu a Thisian	16
Ystafell Ynysu	16

Trefnau glanhau	17
Glanhau a Diheintio	17
Egwyddorion Cyffredinol Glanhau.....	18
Diheintio Cemegol	18
Beth ddylwn i ei ddefnyddio i ddiheintio arwynebau caled?	19
Beth Ddylwn ei Ddiheintio?	19
Cyfarpar Chwarae Awyr Agored.....	20
Eitemau trydanol.....	20
Dodrefn Meddal (Mandylllog)	21
Trin gollyngiadau o waed a hylifau'r corff	21
Asesiad risg ail-ddechrau'r gweithlu.....	22
Dychwelyd i'r gwaith.....	22
Hunan-warchod.....	23
Hunan-ynysu	23
Cefnogi'r plant i ddychwelyd i ofal plant.....	27
Croesawu Plant i ofal plant.....	27
Cefnogi rhieni a gofawyr.....	27
Cefnogi plant drwy newid.....	28
Cysylltiadau defnyddiol.....	29
Atodiad 1 - Cynhyrchion a brofwyd yn effeithiol yn erbyn COVID-19	1
Atodiad 2 – Rhestr wirio Ail-feddiannu Adeilad.....	5
Atodiad 3 ASESIAD RISG AIL-DDECHRAU'R GWEITHLU COVID-19.....	7
Atodiad 4– Gofal Plant Dechrau'n Deg	12
Nodyn Cyswllt (Dechrau'n Deg yn unig).....	19
Cardiau gweithgaredd (Canllawiau arfer da).....	21
Example Parent's Leaflet (Good practice guidance).....	33

Canllawiau Cyfredol Llywodraeth Cymru ar gyfer Lleoliadau Gofal Plant

Ar 3 Mehefin, cadarnhaodd Llywodraeth Cymru eu bod yn anelu at alluogi lleoliadau gofal plant i gynyddu eu gweithrediadau o 29 Mehefin, law yn llaw ag ysgolion.

Mae'r Canllawiau presennol sydd ar gael yn edrych ar sut i gael eich gwasanaeth gofal plant yn barod i ganiatáu i fwy o blant fynychu a'u diogelu nhw a'ch staff rhag coronafeirws.

Darperir gofal plant mewn ystod eang o leoliadau ac mae'n darparu ar gyfer plant rhwng 0 a 12 oed. Er bod y mesurau diogelu a argymhellir yn y canllawiau hyn wedi'u hanelu at leoliadau ac amgylcheddau cofrestredig sydd yn bennaf yn gofalu am blant cyn oed ysgol, mae llawer o'r un egwyddorion yn berthnasol i ddarpariaeth gofal plant i grwpiau plant oedran hŷn, gan gynnwys cynlluniau ar ôl ysgol ac yn ystod y gwyliau - rhai cofrestredig ac anghofrestredig. Cynghorir lleoliadau sy'n darparu gofal plant i blant hŷn hefyd i gyfeirio at y canllawiau ar gyfer ysgolion ac i ffurfio barn ynghylch pa fesurau sydd fwyaf priodol a pherthnasol i'w model gweithredu penodol nhw yn ystod cyfnod Covid-19 ac oedrannau'r plant dan eu gofal.

Mae'r mesurau a nodir yng nghanllawiau Llywodraeth Cymru i'w hystyried uwchlaw y gofynion a geir yn y Rheoliadau a'r [Safonau Gofynnol Cenedlaethol ar gyfer Gofal Plant a Reoleiddir](#).

Mae'r canllawiau hyn yn rhoi gwybodaeth gyfredol am y pynciau canlynol: Asesiad risg, mae cadw pellter cymdeithasol a chymysgu mewn lleoliadau gofal plant, Defnydd o ofod awyr agored, Mesurau atal a rheoli heintiau, Hylendid dwylo, Gorchuddion wyneb, Cyfarpar Diogelu Personol (PPE) mewn lleoliadau gofal plant, Unigolion symptomatig, Os yw plentyn yn dangos symptomau COVID-19 tra mewn lleoliad gofal plant, Profi, Olrhain, Amddiffyn, Unigolion symptomatig mewn lleoliadau gwarchodwyr plant, Grwpiau iechyd sy'n agored i niwed, Dihalogi a glanhau, Gwastraff.

[Dolen i fesurau Diogelu Llywodraeth Cymru mewn lleoliadau gofal plant: Cadw Gofal Plant yn Ddiogel](#)

[Dolen ar gyfer profi, tracio ac olrhain](#)

[Dolen i wneud cais am brawf coronafeirws](#)

[Dolen i ddatganiad Iechyd Cyhoeddus Cymru am achosion y Coronafeirws Newydd \(COVID-19\) wedi'i ddiweddarau bob dydd am 2pm](#)

Cynnig Gofal Plant (CGP) a Chynllun

Cymorth Gofal Plant Coronafeirws (CCGP-C)

Mae cynllun CCGP-C yn cynrychioli'r trefniadau argyfwng i ddarparu cymorth gofal plant cyn-ysgol i weithwyr hanfodol a phlant sy'n agored i niwed yn ystod pandemig COVID-19 2020. Dylai gweithwyr hanfodol sydd â phlant o oedran ysgol barhau i anfon eu plant i leoliad ysgol, oni bai y gallant, wrth gwrs, dderbyn gofal yn ddiogel gartref.

Mae Llywodraeth y DU wedi cyhoeddi rhestr o weithwyr hanfodol. Mae hwn ar gael [yma](#)

Mae plant sy'n agored i niwed yn cynnwys plant sydd ag anghenion diogelu ac sy'n cael eu cefnogi gan ofal cymdeithasol, sy'n cynnwys rhai â chynlluniau gofal a chymorth, plant sydd ar y gofrestr amddiffyn plant a plant sy'n derbyn gofal, gofalwyr ifanc, plant anabl a'r rhai â datganiad o anghenion addysg arbennig. Rhoddir blaenoriaeth i'r rhai sydd fwyaf agored i niwed.

Ar hyn o bryd, mae gan Gyngor Caerdydd lefelau digonol o ofal plant ar gael i weithwyr hanfodol drwy'r Cynllun CCGP-C, felly, ni fydd unrhyw geisiadau pellach am ddarparwyr CCGP-C yn cael eu hawdurdodi, oni bai bod tystiolaeth i ddangos bod eu hangen.

Bydd Cyngor Caerdydd yn parhau i nodi lefel y galw am y gwasanaeth ynghyd â'r hyn sydd ar gael o fewn ein darparwyr CCGP-C presennol.

Bydd Llywodraeth Cymru yn parhau â'r ddarpariaeth o dan y CCGP-C ar gyfer teuluoedd cymwys tan 31 Awst, ac ar yr adeg honno ceir adolygiad pellach. Bydd y CCGP-C ond yn cau'n gyfan gwbl ar adeg pan fo'r ymateb i'r feirws wedi symud i bwynt lle nad oes angen cynnal y ddarpariaeth ar gyfer gweithwyr hanfodol.

Bydd y CCGP-C yn cau i newydd-ddyfodiaid rhwng canol a diwedd Gorffennaf. Bydd yr union ddyddiad yn cael ei gyhoeddi gan Lywodraeth Cymru yn fuan, ond anogir teuluoedd i [wneud cais](#) cyn gynted â phosibl os ydynt yn weithwyr allweddol hanfodol sydd angen gofal plant.

Bydd rhieni sy'n Weithwyr Allweddol yn gallu cyrchu'r CCGP-C er mwyn talu am yr holl gostau gofal plant tan 31 Awst. Bydd adolygiad pellach ym mis Awst a bydd y CCGP-C yn cau'n gyfan gwbl ar adeg pan fo'r ymateb i'r feirws wedi symud i bwynt lle nad oes angen i ni gynnal darpariaeth ar gyfer gweithwyr hanfodol.

Gellir dod o hyd i sefyllfa bresennol y Cynnig Gofal Plant [yma](#)

Rhaid i ddarparwyr Gofal Plant Caerdydd sicrhau eu bod yn hysbysu Cyngor Caerdydd eu bod yn ailagor drwy gysylltu â'r Porth i Deuluoedd ar 03000 133 133.

Mae'r siart llif canlynol yn cefnogi lleoliadau i ddeall sefyllfa bresennol y cyllid ar gyfer y Cynnig Gofal Plant.



* Gellir dod o hyd i wybodaeth am ailagor y Cynnig Gofal Plant [yma](#) *

* Yn nodi unrhyw newidiadau i'r ddogfen o 14/8/2012 *

Cynllun Cadw Swyddi

Mae'r cynllun wedi bod ar gael i leoliadau gofal plant i wneud cais am 80% o gyflogau cyflogeion ynghyd ag unrhyw gyfraniadau pensiwn ac Yswiriant Gwladol cyflogwyr, os yw busnesau wedi eu ffyrlo nhw oherwydd coronafeirws (COVID-19). Bydd y cynllun hwn yn newid wrth i ni symud ymlaen i ail-agor mwy o wasanaethau.

- Bydd y cynllun yn cau i geiswyr newydd o 30 Mehefin. O'r pwynt hwn ymlaen, bydd cyflogwyr ond yn gallu ffyrlo gweithwyr sydd wedi eu ffyrlo ganddynt am gyfnod o dair wythnos lawn cyn 30 Mehefin.
- Mae hyn yn golygu mai'r dyddiad olaf y gall cyflogwr ffyrlo gweithiwr am y tro cyntaf fydd **10 Mehefin**, er mwyn i'r cyfnod ffyrlo presennol o dair wythnos gael ei gwblhau erbyn 30 Mehefin. Bydd gan gyflogwyr tan 31 Gorffennaf i wneud unrhyw hawliadau ynghlwm â'r cyfnod hyd at 30 Mehefin.
- O 1 Gorffennaf ymlaen, bydd y cynllun ond ar gael i gyflogwyr sydd wedi defnyddio'r cynllun yn y gorffennol ar gyfer gweithwyr a ffyrlwyd ganddynt yn flaenorol.
- Nid yw hyn yn golygu bod yn rhaid i weithiwr fod wedi ei ffyrlo ar 10 Mehefin er mwyn cael ei ffyrlo ar ôl 1 Gorffennaf – yn syml, 10 Mehefin yw'r dyddiad olaf y gallai gweithiwr fod yn cael ei ffyrlo am y tro cyntaf a chwblhau cyfnod llawn o dair wythnos cyn 30 Mehefin. Bydd cyflogeion a oedd eisoes wedi cwblhau cyfnod llawn o dair wythnos o ffyrlo ar gyfnod cynharach hefyd yn gallu cael eu ffyrlo wedi 1 Gorffennaf.
- O 1 Gorffennaf ymlaen, ni chaiff nifer y cyflogeion y gall cyflogwr hawlio amdanynt mewn unrhyw gyfnod hawlio fod yn fwy na'r nifer uchaf y maent wedi hawlio amdanynt o dan unrhyw gais unigol blaenorol o dan y Cynllun Cadw Swyddi drwy gyfnod y Coronafeirws (CJRS) presennol. Felly, er enghraifft, pe bai cyflogwr wedi gwneud tri hawliad cyn 1 Gorffennaf, ar gyfer 12, 24 ac 20 o weithwyr, y nifer fwyaf y gallent hawlio amdanynt mewn unrhyw gyfnod hawlio ar ôl 1 Gorffennaf fyddai 24, gan mai dyma'r hawliad blaenorol mwyaf.



HM Government

Coronavirus

Coronavirus Job Retention Scheme (CJRS): key dates

10 June Last date to furlough employees for the first time, to be eligible until October.

12 June Guidance on changes to CJRS available on GOV.UK.

30 June CJRS closes to anyone who hasn't been furloughed for three weeks before this date.

1 July Flexible furloughing begins – businesses can bring back employees as needed. CJRS grant will cover usual hours not worked.

31 July Final date to submit claims for staff furloughed before 30 June.

1 August Employers now pay national insurance (NI) and pension contributions for furloughed employees.

1 September Employers now pay **10%** of furloughed wages, plus NI and pension contributions.

1 October Employers now pay **20%** of furloughed wages, plus NI and pension contributions.

31 October Scheme closes.

Flexible furloughing continues until the scheme closes



Full guidance and further support is on GOV.UK – search for Coronavirus Job Retention Scheme.

GET HELP ► PROTECT YOUR BUSINESS ► SAVE JOBS

[Dolen i'r Cynllun Cadw Swyddi](#)

* Yn nodi unrhyw newidiadau i'r ddogfen o 14/8/2012 *

Arolygiaeth Gofal Cymru (AGC)

Gwybodaeth i Ddarparwyr Gofal Plant a Chwarae ar COVID-19:

Gwybodaeth Ddiweddaraf [dolen](#)

Cwestiynau Cyffredin: Cwestiynau penodol yn ymwneud â gwasanaethau gofal plant a chwarae

A fydd darparwyr gofal plant yn gallu cynyddu eu niferoedd cyffredinol?

Mae Llywodraeth Cymru yn dymuno i wasanaethau fod yn gweithio gyda niferoedd llai o blant i weithwyr hanfodol yn unig. Rydym o'r farn ei bod yn annhebygol y bydd angen i unrhyw wasanaeth gynyddu nifer y plant sy'n derbyn gofal. Os ydych yn dymuno cynyddu nifer y plant rydych yn gofalu amdanynt, bydd angen i chi [gyflwyno amrywiad trwy AGC Ar-lein](#).

A all gwirfoddolwyr a wiriwyd gan y GDG ofalu am blant er mwyn galluogi rhieni i weithio, er enghraifft mewn crèche mewn gweithle neu swyddfa?

Os yw'r gofal plant hwn yn ddi-dâl, a bod y bobl sy'n gofalu am y plant yn wirfoddolwyr di-dâl, yna byddai hyn wedi'i eithrio rhag gorfod cofrestru. Os oes unrhyw wobwr am ddarparu'r gofal, byddai angen iddo gael ei gofrestru.

Mae cyrsiau cymorth cyntaf i gyd wedi eu canslo ac felly rwy'n poeni na allaf adnewyddu fy nhystysgrif.

Rydym yn cydnabod y bydd y pethau hyn yn digwydd. Byddem yn disgwyl i chi ei wneud cyn gynted ag y bo'r cyrsiau'n ailddechrau.

Fel gwarchodwr plant os byddaf yn datblygu coronafeirws ac yn rhoi'r gorau i'r gwarchod dros dro, a allaf wneud glanhad trylwyr ac yna ailagor ar ôl hunan-ynysu?

Os ydych chi neu rywun yn eich cartref yn datblygu symptomau ar unrhyw adeg, dylech ddilyn canllawiau diweddaraf lechyd Cyhoeddus Cymru a hunan-ynysu am y cyfnod amser a argymhellir. Dylech roi gwybod i rieni'r plant rydych yn eu gwarchod. Pan ddaw'r cyfnod ynysu i ben, ar yr amod bod pawb o fewn yr aelwyd yna'n dda, yna nid oes dim i'ch rhwystro rhag dechrau gwarchod plant eto.

Os yw eich gwasanaeth gofal plant a chwarae (gan gynnwys gwarchodwyr plant) bellach wedi cau neu wedi ailagor yna rhowch wybod i ni, gellir dod o hyd i'r hysbysiad perthnasol o dan "Arweinyddiaeth a Rheolaeth" ar [AGC Ar-lein](#)

A oes modd i mi warchod plant os mai dim ond un rhiant sy'n weithiwr allweddol/hanfodol?

Dywed Llywodraeth Cymru pan fo un rhiant yn weithiwr hanfodol ond nad yw'r rhiant arall, yna dylai'r rhiant arall ddarparu trefniadau diogel amgen yn y cartref lle bo hynny'n bosibl.

Yn ystod digwyddiadau o gau ar sail Coronafeirws, a gaf i barhau i godi tâl ar rieni os nad yw eu plant yn mynychu fy lleoliad?

Mae Llywodraeth Cymru yn cydnabod, mewn llawer o achosion, na fydd yr yswiriant sydd gan ddarparwyr blynyddoedd cynnar yn eich digolledu am yr incwm a gollir yn ystod cau sy'n deillio o COVID-19. Mae Llywodraeth Cymru yn gofyn i chi fel darparwr gofal plant fod yn rhesymol a chytbwys wrth ddelio â rhieni. Efallai y bydd angen i chi ystyried trefniadau contract unigol hefyd. Mae Llywodraeth Cymru yn cadw golwg fanwl ar yr hyn allai fod ei angen ar fusnesau.

Beth yw fy opsiynau os nad wyf am gynnal fy ngwasanaeth ar hyn o bryd?

Mae'n bwysig sicrhau eich bod yn cymryd y camau sydd fwyaf addas i'ch amgylchiadau. Isod mae rhestr o'r opsiynau sydd ar gael drwy eich cyfrif [AGC ar-lein](#):

Diddymu - dim ond os ydych wedi penderfynu nad ydych yn dymuno cael eich cofrestru mwyach ac nad oes gennych unrhyw fwriad i barhau i ddarparu eich gwasanaeth yn y dyfodol y dylech ddewis yr opsiwn hwn. Gallwch wneud hyn drwy ddefnyddio eich cyfrif [AGC ar-lein](#) i wneud cais am amrywiad i 'Dynnu Gwasanaeth'. Pe byddech am ddechrau gweithredu eto yn y dyfodol, bydd angen i chi wneud cais i gofrestru.

Atal - Dylech ddefnyddio'r hysbysiad [AGC ar-lein](#) hwn os ydych yn dymuno rhoi'r gorau i ddarparu eich gwasanaeth am gyfnod penodol o amser, er enghraifft, gwarchodwr plant yn cymryd cyfnod mamolaeth, neu wasanaeth gofal dydd yn cau ar gyfer atgyweiriadau i'r safle. Bydd angen i chi nodi'r union ddyddiad yr ydych am atal eich gwasanaeth a dyddiad gorffen yr ataliad yn fras. Yna, byddwch yn gallu ymestyn cyfnod yr ataliad neu wneud cais i godi'r ataliad drwy AGC Ar-lein.

Cau Dros Dro oherwydd COVID-19 - Dylid defnyddio'r hysbysiad [AGC Ar-lein](#) hwn i hysbysu AGC os yw eich gwasanaeth yn cau dros dro o ganlyniad i COVID-19. Unwaith y byddwch yn barod i ail-agor eich gwasanaeth, rhaid i chi roi gwybod i ni drwy AGC Ar-lein.

Am fwy o wybodaeth ewch i'r [maes gwybodaeth am coronafeirws ar ein gwefan](#). Os oes unrhyw gwestiynau gennych ynghylch coronafeirws (COVID-19) nad ydynt wedi'u cynnwys ar hyn o bryd yn y cwestiynau cyffredin uchod, defnyddiwch [cysylltwch â ni](#).

Dylech bob amser wirio [gwefan Iechyd Cyhoeddus Cymru](#) a'r [Maes gwybodaeth am coronafeirws gan Lywodraeth Cymru](#) i weld y canllawiau diweddaraf.

AGC ar-lein [dolen](#)

Canllawiau'r GDG [dolen](#)

Os oes gennych achos o coronafeirws wedi'i amau neu ei gadarnhau, bydd angen i chi hysbysu AGC. Dilynwch y ddolen hon: [y broses hysbysu ar gyfer clefydau heintus](#).

Cyngor ac Arweiniad gan Sefydliadau Ymbarél

Mae Sefydliadau Ymbarél wedi cynhyrchu cymorth ac arweiniad cynhwysfawr i'w haelodau.

Maent yn cadw mewn cysylltiad â'r adrannau perthnasol o'r Llywodraeth a chyrff iechyd er mwyn sicrhau bod y cyngor i aelodau yn gyfredol. Dolenni isod sydd ar gael ar gyfer gwybodaeth.

CWLWM - [Dolen](#)

NDNA - [Dolen](#)

Clybiau Plant Cymru – [Dolen](#)

Mudiad Meithrin – [Dolen](#)

PACEY Cymru – [Dolen](#)

Blynyddoedd Cynnar Cymru – [Dolen](#)

Cymorth ariannol sydd ar gael

Mae Llywodraeth Cymru wedi darparu swm sylweddol o arian i gefnogi busnesau yng Nghymru yn ystod pandemig Covid 19 fel y nodir isod:

Grant Ardrethi Annomestig a Chronfa Cadernid Economaidd

- £1.4 biliwn o gyllid drwy'r Grant Ardrethi Annomestig
- £500 miliwn o gyllid drwy'r Gronfa Cadernid Economaidd

Mae'r Grant Ardrethi Annomestig, sy'n cael ei weinyddu gan yr Awdurdodau Lleol yng Nghymru, yn cau i geisiadau newydd ar 30 Mehefin 2020. Mae grantiau o hyd at £10,000 ar gael i bob busnes cymwys

Cafodd rownd 1 y Cronfa Grant Cadernid Economaidd ei rhewi wrth i Lywodraeth Cymru brosesu ceisiadau.

Bydd y £100m sy'n weddill yn cael ei ddyrannu i ail Rownd y Gronfa Grant Cadernid Economaidd. Bydd y gwiriwr cymhwysedd ar gael o ganol Mehefin 2020 ac mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl agor y Gronfa ar gyfer ceisiadau cyn diwedd Mehefin 2020.

Benthyciad tarfu ar fusnes

Mae'r Cynllun Benthyciad Tarfu ar Fusnes yn sgil Coronafeirws (CBILS) yn darparu cymorth ariannol i fusnesau llai (BBaCh) ledled y DU sy'n colli refeniw, ac yn gweld tarfu ar eu llif arian parod, o ganlyniad i'r argyfwng COVID-19.

Cyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru (CGGC)

Fel y corff aelodaeth cenedlaethol ar gyfer mudiadau gwirfoddol yng Nghymru, mae CGGC yn bodoli i alluogi sefydliadau gwirfoddol i wneud gwahaniaeth mwy ar y cyd

[Dolen](#)

Busnes Cymru

Gellir cael rhagor o wybodaeth am y cymorth ariannol sydd ar gael ar wefan [Busnes Cymru yma](#)

Grant Cymorth Busnes Gofal plant

Gellir rhoi cymorth trwy's grant Cymorth Busnes Gofal plant ar gyfer costau sy'n gysylltiedig â gwella safon y ddarpariaeth, yn benodol pan fo'n berthnasol i ofynion Arolygiaeth Gofal Cymru (AGC) neu faterion a godir yn yr Adroddiadau Archwiliad (cyflwynwch eich Adroddiad AGC diweddaraf ynghyd â'ch cais) i'w gwneud yn addas ar gyfer gofal plant yn barhaus.

Ar gyfer y flwyddyn ariannol 2020-21, ac yn sgil y pandemig, caiff lleoliadau wneud cais am gymorth a fyddai'n caniatáu i ailagor y ddarpariaeth yn unol â chanllawiau Llywodraeth Cymru, Mesurau Diogelu ac Arolygiaeth Gofal Cymru (AGC).

Gall y mesurau hyn gynnwys Gorsafoedd Golchi Dwylo Cludadwy ac offer cysylltiedig, Rhanwyr Ystafelloedd, sefydlu Ystafell Ynysu, dylun Canllawiau'r Asiantaeth Safonau Bwyd, Systemau Cyfrifiadurol ar gyfer cyfathrebu â rhieni, ar gyfer eitemau nad ydynt yn gymwys i gael eu hariannu o dan Cynllun Grantiau Cyfalaf Bach y Cynnig Gofal Plant. [Linc](#)

Grants Cyfalaf

Newidiadau i'r grant cyfalaf, gall gosodiadau nawr wneud cais am gymorth a fyddai'n caniatáu iddynt ailagor yn unol â Chanllawiau Llywodraeth Cymru, Mesurau Diogelu ac Arolygiaeth Gofal Cymru (AGC). Gall hyn gynnwys eitemau fel gorsafoedd i olchi dwylo ac offer cysylltiedig, Rhanwyr Ystafell, Sefydlu Ystafell Ynysu, i'w defnyddio gan blant sy'n cyrchu'r Cynnig Gofal Plant. Am weddill y flwyddyn ariannol 2020/2021 gellir gwneud cais am y Grant Cyfalaf yn dreigl, gyda cheisiadau'n cael eu cyflwyno i'r panel yn fisol. [Linc](#)

Asesiad risg

Ystyriwch sut y gallwch gynnwys staff yn y gwaith o ddatblygu polisiau ar gyfer eich lleoliad a sicrhau eu bod wedi eu cymhwyso'n bersonol lle bo angen, er enghraifft i staff sy'n gyfrifol am ddarparu cymorth 1:1 i blant neu i blant ag anghenion ychwanegol.

Yn wahanol i blant hŷn ac oedolion, ni ellir disgwyl i blant yn y blynyddoedd cynnar aros 2 medr ar wahân i'w gilydd nac i'r staff. Felly, dylech weithio drwy'r hierarchaeth

o fesurau a nodir yn [Canllawiau mesurau diogelu Llywodraeth Cymru](#) ac sydd wedi eu hamlygu mewn asesiad risg manwl ar sut y byddwch yn lleihau risg:

- Rheoli Atal Heintiau
- Cadw pellter cymdeithasol (beth yw ystyr hyn ym myd gofal plant)
- Amgylcheddau
- Staffio (gan gynnwys PPE a gwisgoedd)
- Mannau Codi a Gollwng
- Hygyrchedd
- Ardaloedd cyffredin
- Toiledau a chyfleusterau ar gyfer newid clytiau
- Niferoedd diogel
- [Teithio](#)

Efallai nad yw'r rhestr uchod yn rhestr gynhwysfawr o'r holl gategoriâu i'w cynnwys mewn asesiad risg manwl, gan ddibynnu ar eich sefyllfa unigol. Bydd lefel y manylder sydd ei angen yn dibynnu ar gynllun y safle, y lefelau staffio, y gallu i adeiladu, oedran y plant, adnoddau ac ati.

Mae nifer o sefydliadau ymbarél wedi cynhyrchu templedi sy'n gallu cynorthwyo lleoliadau i lunio asesiadau risg yn ymwneud â Covid19.

* Gellir dod o hyd i offeryn asesu risg Gweithlu Cymru gyfan [yma](#) *

Cadw pellter cymdeithasol a Gofal Plant

Bydd [cadw pellter cymdeithasol](#) mewn lleoliadau gofal plant gyda phlant ifanc yn anos i'w gynnal nag mewn lleoliadau eraill. Felly dylai lleoliadau weithredu mesurau i leihau nifer y cysylltiadau sydd gan blant ac oedolion, tra'n sicrhau bod plant yn cael eu cadw'n ddiogel a'u bod yn derbyn gofal da.

Dyma rai ffyrdd y gallai lleoliad gyfyngu ar gyswllt mewn lleoliad gofal plant:

- *Creu grwpiau cymdeithasol gydag arweinwyr grwpiau gan sicrhau y glynir wrth gymarebau AGC yr amlygir yn y [mesurau amddiffynol ar gyfer lleoliadau gofal plant](#). Cadwch y grwpiau hyn mor gyson â phosibl. *
- Cadwch grwpiau cymdeithasol 2 fetr i ffwrdd o grwpiau cymdeithasol eraill lle bo'n bosibl. Gellid defnyddio rhanwyr ystafelloedd i gyflawni hyn.
- * Ystyried lleihau lefelau deiliadaeth yn y lleoliad i sicrhau pellter cymdeithasol rhwng grwpiau.*
- Staff i sicrhau pellter cymdeithasol 2 fetr oddi wrth staff eraill mor gymaint â phosibl
- Staff i fod yn gyson ac aros gyda'u grwpiau cymdeithasol, osgoi bod staff yn symud o gwmpas grwpiau cymaint â phosibl.

* Yn nodi unrhyw newidiadau i'r ddogfen o 14/8/2012 *

- Neilltuo adnoddau a theganau i grwpiau cymdeithasol ar gyfer y diwrnod neu'r sesiwn ac osgoi cymysgu adnoddau gyda grwpiau cymdeithasol eraill oni bai eu bod yn cael eu glanhau a'u sterileiddio'n llwyr. Osgowch offer sy'n annog nifer lluosog o blant i chwarae ar yr un pryd.
- Mae amseroedd bwyd, amseroedd chwarae ac amseroedd chwarae awyr agored i'w cynnal o fewn eu grwpiau cymdeithasol yn eu hardaloedd chwarae penodedig unwaith eto gan gadw eu pellter oddi wrth grwpiau cymdeithasol eraill. atal rhannu bwyd, diod ac offer
- Rhieni i ddarparu'r amseroedd gollwng a chasglu disgwylidig i leoliadau allu eu rheoli, gan osgoi grwpiau o rieni yn ymgasglu ar gyfer danfon a chasglu drwy ddarparu marciau 2 fetr yn y mannau gollwng a chasglu os yn bosib. Un rhiant yn unig i ollwng.
- Cyfyngu ar ryngweithiadau cymdeithasol ar adegau casglu a gollwng rhwng rhieni a staff, rhieni i gysylltu â'r staff ar y ffôn er mwyn siarad.
- Osgoi dod ag eitemau i mewn o gartref gymaint â phosibl.
- Y staff i gyd i gael eu pecynnau eu hunain o eitemau hanfodol a allai gynnwys beiros, papur, diheintydd dwylo, hancesi papur, cynhyrchion glanhau wedi'u storio yn unol â'r Rheoliadau Rheoli Sylweddau Peryglus i Iechyd (COSHH)
- Annog egwyl cinio'r staff yn yr awyr agored, gan gadw at bellter cymdeithasol o 2 fetr bob amser. Trefn ddarwahanu i'r egwyl ginio.

* Dylai plant dreulio cymaint o amser yn yr awyr agored â phosibl gan y gall hyn gyfyngu ar drosglwyddo a chaniatáu yn haws pellter rhwng y grwpiau. O 30 Gorffennaf ymlaen bydd plant ifanc (y rhai o oedran ysgol gynradd neu'n iau) yn gallu rhyngweithio y tu allan heb bellter cymdeithasol. Fodd bynnag, bydd angen i oedolion barhau i bellhau oddi wrth ei gilydd. *

Nid yw'r mesurau cadw pellter cymdeithasol uchod yn rhestr gyflawn, efallai y bydd lleoliadau'n teimlo bod angen mesurau pellach i sicrhau diogelwch pawb sy'n defnyddio'r gwasanaeth ac i fodloni'r [Mesurau Amddiffynnol Gofal Plant](#).

Gofal Cofleidiol / Cymysgu Grwpiau

Mae cyfyngu cysylltiadau cymdeithasol yn rhan bwysig o leihau'r tebygolrwydd o weld achosion mawr o'r firws. Mae'n bwysig ein bod yn parhau i leihau cymysgu rhwng pobl a grwpiau o bobl. Mae cadw pobl mewn grwpiau bach, cyson o oedolion a phlant sy'n aros yr un fath trwy gydol yr wythnos, ac ar wahân i grwpiau eraill, yn helpu i wneud hyn ac yn osgoi creu cadwyni trosglwyddo.

Wrth ddychwelyd i ofal plant, dylai plant fynychu un lleoliad yn unig lle bynnag sy'n bosib, a dylent aros yn yr un grŵp bach, cyson yn y lleoliad hwnnw, cyn belled ag a phosibl. Bydd hyn yn helpu i leihau'r tebygolrwydd y bydd y firws yn symud rhwng grwpiau yn yr un lleoliad

hwnnw, neu'n symud rhwng grwpiau mewn gwahanol leoliadau.

Os yw plentyn yn mynychu mwy nag un lleoliad, er enghraifft gofal cofleidiol neu ysgol, dylai'r plentyn aros yn yr un grŵp bach ar draws y ddau leoliad lle bynnag a phosib. Nid yw cymysgu plant o wahanol grwpiau, neu wahanol ysgolion, yn gyson â'r angen i leihau lefelau cyswllt cyffredinol. Bydd angen i rieni a lleoliadau drafod y risgiau hyn ac ystyried sut i'w rheoli i leihau lledaeniad y firws. Bydd hyn yn golygu rhieni, ysgolion a lleoliadau yn gweithio gyda'i gilydd ac yn unol â'r canllawiau a ddarperir.

Gofynnir i leoliadau hefyd ystyried sut y gallant leihau risgiau cysylltiadau ehangach, gan gyfyngu ar gadwyni trosglwyddo. Er enghraifft, dylai lleoliadau gwarchod plant ystyried sut y gallant weithio gyda rhieni i gytuno ar ffyrdd o reoli unrhyw deithiau angenrheidiol, gan gynnwys codi a gollwng mewn ysgolion, er mwyn lleihau'r angen i ddarparwr deithio gyda grwpiau o blant.

* Mae mwy o wybodaeth ar gyfer ysgolion a lleoliadau ar gael. [Linc](#) *

Canllawiau Ailagor i Fusnesau gan yr Asiantaeth Safonau Bwyd

Bydd y [Ddolen](#) hon yn rhoi fframwaith ymarferol i chi nodi'r hyn y mae angen i chi ei wneud i barhau, addasu neu ailgychwyn gweithrediadau yn ystod pandemig COVID-19. Mae hyn yn cynnwys y prosesau a'r gofynion hylendid y mae'n rhaid i chi eu dilyn i weithredu eich busnes bwyd yn ddiogel.

Atal a rheoli haint

Mae COVID-19 yn glefyd heintus a drosglwyddir drwy ddafnau resbiradol. Gall y dafnau hyn gael eu trosglwyddo o berson i berson drwy anadlu defnynnau i mewn a andalwyd allan gan berson heintiedig, p'un a ydynt yn symptomatig ai peidio. Gall trosglwyddiad ddigwydd hefyd pan fydd diferion yn glanio ar arwynebau neu eitemau agos, sy'n cael eu cyffwrdd gan berson sydd wedyn yn cyffwrdd â'i geg, ei drwyn neu ei lygaid.

Hylendid Dwylo

Mae ymarfer hylendid dwylo da yn hanfodol i atal heintiau a dyma'r mesur rheoli unigol pwysicaf a lleiaf costus. Os yw dwylo rhywun yn cael eu heintio wedi cyffwrdd ag arwyneb neu wrthrych heintiedig, mae risg gynyddol y bydd y feirws yn mynd i mewn i'r corff drwy'r llygaid, y trwyn neu'r geg wrth gyffwrdd â'ch wyneb. Mae'r risg yn sylweddol lai os nad ydych yn cyffwrdd â'ch wyneb. [Dolen Arweiniad y Llywodraeth](#)

* Yn nodi unrhyw newidiadau i'r ddogfen o 14/8/2012 *

Diheintydd Dwylo

Ni ddylai diheintyddion dwylo ddisodli golchi dwylo gyda dŵr rhedeg a sebon, a dylid ond ei ddefnyddio pan na fydd cyfleusterau golchi dwylo ar gael neu yn ychwanegol at olchi dwylo. Mae'n rhaid i ddiheintydd dwylo gynnwys o leiaf 60% o alcohol er mwyn iddo fod yn effeithiol. Mae'n bwysig eich bod yn sicrhau nad yw eich dwylo yn amlwg fudr neu'n seimllyd gan y bydd hyn yn lleihau effeithiolrwydd y diheintydd dwylo. Dylech bob amser sicrhau eich bod yn defnyddio digon o'r ddiheintydd i orchuddio'ch dwylo, gan eu rhwbio gyda'i gilydd am o leiaf 20 eiliad nes eu bod yn sych.

Os yw rhan o'ch swydd yn golygu ymweld â chartrefi, dylech bob amser sicrhau bod gennych ddiheintydd dwylo sy'n seiliedig ar alcohol ar gael i chi, i'w ddefnyddio o leiaf cyn mynd i'r cartref ac ar ôl gadael.

Rhaid bod yn ofalus wrth ddefnyddio diheintydd dwylo sy'n seiliedig ar alcohol am ei fod yn fflamadwy ac o safbwynt ei lyncu. Efallai y bydd angen cynnal asesiadau risg a rhoi gweithdrefnau ar waith i fynd i'r afael â phob un o'r materion hyn.

Golchi Dwylo

Er mwyn i olchi dwylo fod yn effeithiol, dylid ei wneud gyda sebon hylifol a dŵr rhedegog a'u sychu â thywel papur a rhoi hwnnw mewn bin pedal gyda chaead caeedig neu ddefnyddio sychwr aer. Mae'n bwysig i rhwbio'r sebon yn eich dwylo, gan achosi ffrithiant gan fod hyn yn cael gwaraed ar unrhyw faw, bacteria a feirysau. Dylid golchi'r dwylo am 20 eiliad cyn rinsio gyda dŵr yna eu sychu (ni ddylid fyth sychu'r dwylo â thywel a rennir). Mae golchi eich dwylo mewn dŵr oer yr un mor effeithiol â golchi eich dwylo mewn dŵr cynnes, ond mae rhywun yn fwy tebygol o olchi eu dwylo os yw tymheredd y dŵr yn gyfforddus. Dylid golchi dwylo'n rheolaidd drwy'r dydd, yn enwedig:

- Wrth fynd i'r gweithle ac wrth ymadael.
- Cyn coginio neu fwyta.
- Cyn ac ar ôl cefnogi plentyn i fynd i'r toiled a newid cewyn.
- Cyn ac ar ôl bwydo ar y fron neu fwydo plentyn ifanc.
- Cyn ac ar ôl gwisgo a thynnu PPE.
- Cyn ac ar ôl glanhau a diheintio.
- Cyn ac ar ôl hwyluso dosbarth grŵp.
- Ar ôl bod i'r toiled
- Ar ôl chwarae tu allan.
- Cyn chwarae gyda theganau.

- Cyn ac ar ôl darparu cymorth cyntaf.
- Ar ôl chwythu'ch trwyn, pesychu neu disian.

Pesychu a Thisian

I atal germau resbiradol rhag lledaenu, dylai plant ac oedolion orchuddio eu ceg a'u trwyn â hances wrth beswch a thisian; rhoi eu hancesi papur mewn bin pedal â chaead caeedig yn syth ar ôl ei ddefnyddio ac yna golchi dwylo. Mae angen i'r gwastraff bin hwn gael ei roi mewn 2 fag cyn cael gwared ag ef.



Pwynt Allweddol: Gall sgiliau hylendid dwylo fod yn heriol i lawer o blant, yn enwedig y rhai ag Anghenion Dysgu Ychwanegol. Gyda'r canllawiau hyn ceir deunydd addysgol a fydd yn helpu rhieni a phlant i wella eu techneg golchi dwylo, gan ddefnyddio arddangosiadau i sbardunau gweledol yn atodiad ll.

Ystafell Ynysu

Fel rhan o'r paratodau ar gyfer ailagor y cyfleuster gofal plant, dylid nodi ystafell addas gyda thoiled hygyrch i'w defnyddio fel ystafell ynysu ar gyfer y rhai sy'n arddangos symptomau tra'u bod yn y lleoliad. Os nad yw'n bosibl cael ystafell ynysu, dylid creu ardal sydd o leiaf 2 fetr oddi wrth blant eraill.

Lle y bo'n bosibl, dylai fod digon o awyru naturiol yn yr ystafell (ffenestri), wedi ei lleoli ger drws allanfa, wedi ei chlirio o eitemau nad ydynt wedi'u defnyddio, yn enwedig dodrefn meddal, a'i lleoli mor agos â phosibl i doiled. Os nad yw'n bosibl ynysu plentyn mewn ystafell ar wahan, symudwch nhw i ardal sydd o leiaf 2 fetr oddi wrth blant eraill. Yn ddelfrydol, dylid agor ffenestr ar gyfer awyru.

Dylai'r gweithiwr dynodedig wisgo ffedog, menig a masg wyneb sy'n gallu gwrthsefyll hylif cyn mynd i'r ystafell. Efallai y bydd angen fisor neu gogls i amddiffyn y llygaid ar sail symptomau sy'n cynhyrchu erosol, megis pesychu – dylid cynnal asesiad risg o hyn.

Os oes angen i'r plentyn ddefnyddio'r toiled, dylid defnyddio toiled ar wahân. Pan nad yw hyn yn bosibl, gall y plentyn â symptomau ddefnyddio ciwbicl toiled dynodedig a sinc golchi dwylo dynodedig tra'i fod ar y safle. Mae'n bwysig gwahardd pobl eraill rhag defnyddio'r ciwbicl toiled hwnnw. Bydd angen arwyddion, tapio ardal a chyfathrebu da er mwyn cyfyngu ar fynediad.

Unwaith y bydd y plentyn wedi'i gasglu gan riant neu aelod o'r cartref, dylai PPE gael ei dynnu, ei fagio ddwywaith, ei adael am 72 awr ac yna ei waredu yn y gwastraff arferol. Dylid hefyd waredu unrhyw dyweli papur a hancesi papur yn yr un modd.

Dadhalogi Ystafell Ynysu, y Toiled ac Ardaloedd a Ddefnyddiwyd

Mae glanhau a diheintio'r ystafell ynysu a'r toiled yn hanfodol i atal trosglwyddiad ymlaen. Os yw'n bosibl, dylid cadw'r ystafell ynysu a'r toiled ar gau a dylid gwahardd mynediad am o leiaf 4 awr cyn eu glanhau a'u diheintio mewn sefyllfaoedd lle mae'r plentyn yn pesychu, yn tisian neu'n poeri. Pan fo ciwbicl toiled a basn golchi dwylo wedi cael eu defnyddio, dylid glanhau a diheintio'r rhain yn syth ar ôl i'r plentyn gael ei gasglu o'r

Lleoliad Rhaid gwneud mwy o lanhau a diheintio mewn mannau/arwynebau lle bydd unigolyn â symptomau wedi dod i gysylltiad â nhw.

Dylai'r cyfarpar a ddefnyddir fod yn gyfarpar defnyddio unwaith a dylid ei waredu drwy ei osod mewn leinin bin a'i glymu, yna'i roi mewn leinin bin arall a'i glymu a'i waredu gyda'r gwastraff arferol.

Ni ddylai dillad staff a phlant sydd wedi dod i gysylltiad â phlentyn â symptomau gael eu cymysgu â dillad sydd heb eu halogi a dylid eu golchi ar olchad poeth.

Awgrymir bod y staff yn cadw dillad i newid iddnt yn y lleoliad.

Pan nad oes modd glanhau eitemau gan ddefnyddio glanedyddion neu drefnu iddynt gael eu golchi, er enghraifft, dodrefn wedi'i glustogi a matresi, dylid glanhau â stêm.

Dylid cael gwared ar unrhyw eitemau sydd wedi eu halogi'n drwm gan hylifau'r corff ac na ellir eu glanhau drwy eu golchi.

Trefnau glanhau

Glanhau a Diheintio

Mae glanhau gwell yn fesur rheoli pwysig wrth reoli trosglwyddiad COVID-19. Bydd angen i leoliad gofal plant benderfynu pwy sy'n gyfrifol am lanhau'r cyfleuster yn rheolaidd ac a yw hyn yn cynnwys glanhau gwell. Os yw'r lleoliad yn ymgysylltu â chwmni glanhau allanol, rhaid cwblhau asesiad glanhau penodol cyn ailagor.

Dylid glanhau a diheintio'n well yr arwynebau/gwrthrychau y cyffyrddir â hwy yn gyson o leiaf bob 3 awr yn ystod y diwrnod gwaith neu ar ôl pob sesiwn. Dylai hyn fod yn unol ag asesiad risg a pholisïau a gweithdrefnau eich lleoliad.

Egwyddorion Cyffredinol Glanhau

Glanhau yw'r broses o dynnu baw, saim a germau o arwyneb a gellir ei wneud gan ddefnyddio proses lanhau dwy ffordd, sef dŵr sebon cynnes wedi'i ddilyn gan lanedydd domestig.

Egwyddorion cyffredinol glanhau:

- Sicrhau bod PPE addas yn cael ei wisgo h.y. menig a ffedog
- Gweithio o ardaloedd glân i ardaloedd brwnt.
- Defnyddio cyfarpar â chod lliw.
- Dylai dŵr fod ar dymheredd cyfforddus – dim mwy na 43 gradd Celsius.
- Dylid o hyd ddefnyddio clwtyn golchi **glân**, naill ai un tafladwy neu un y gellir ei olchi ar dymheredd uchel (>60) cyn ei ddefnyddio.
- Dylid defnyddio glanedydd, gan ddilyn cyfarwyddiadau'r gwneuthurwr. Rhestr i'w gael yn atodiad 1
- Ni ddylid gadael olion ar arwyneb, dylid eu sychu i ffwrdd yn lle hynny.
- Dilynwch gyfarwyddiadau'r gwneuthurwr i'w defnyddio.
- Dylid labelu toddiannau a'u storio'n ddiogel.
- Rhaid i gynhyrchion glanhau a ddefnyddir fod ag asesiad risg COSHH penodol ar waith ac mae'n rhaid gwisgo'r offer diogelu personol (PPE) a amlinellir yn y Daflen Data Diogelwch Materol (MSDS).

Diheintio Cemegol

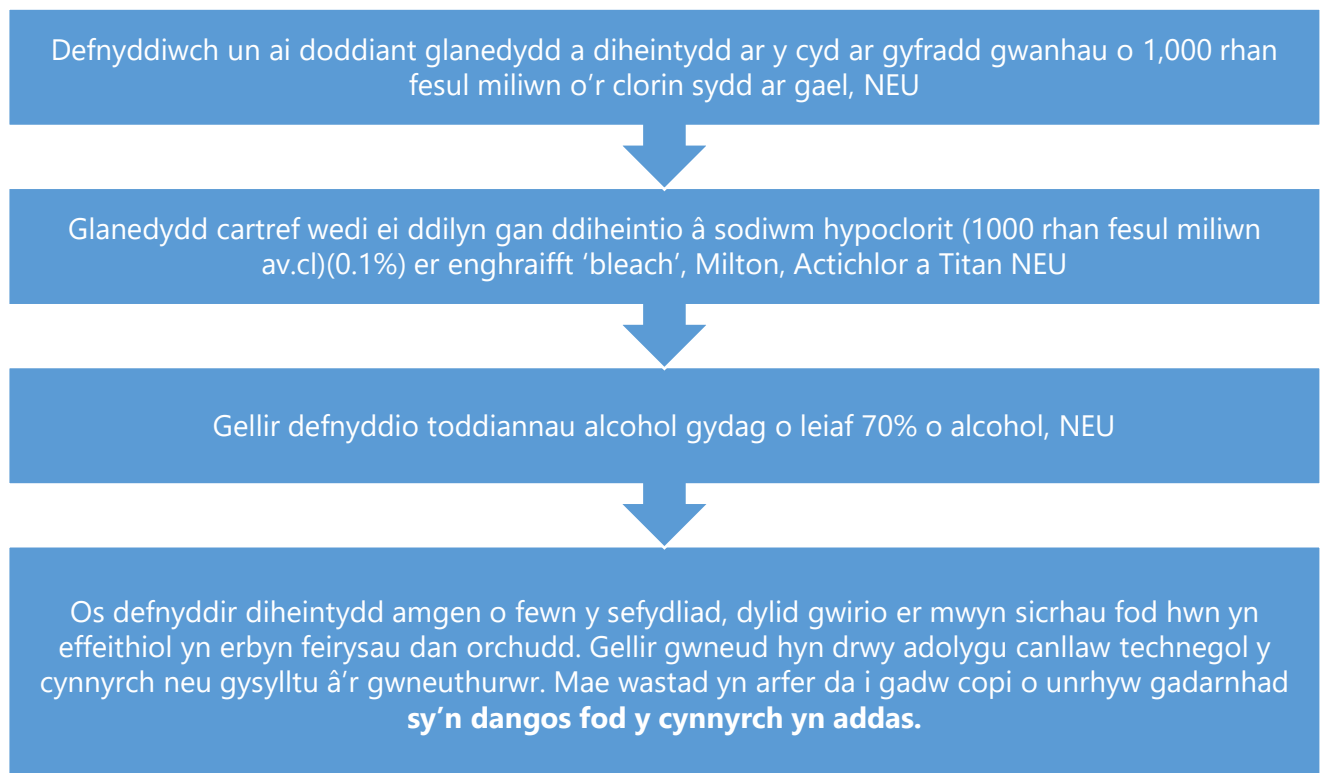
Dyma'r broses o leihau pathogenau i lefel ddiogel drwy ddefnyddio diheintydd cemegol addas. Mae'n bwysig deall nad yw pob diheintydd cemegol yn effeithiol yn erbyn COVID-19.

Egwyddorion Cyffredinol Diheintio:

- Defnyddiwch glytiau tafladwy neu rholiau papur a phenaun mop tafladwy i lanhau pob arwyneb caled. Os na ellir gwaredu'r cyfarpar (defnydd untro), rhaid eu newid bob tro ar ôl eu defnyddio a'u glanhau a'u diheintio.
- Peidiwch byth â defnyddio diheintyddion lluosog gyda'i gilydd.
- Defnyddiwch PPE addas.
- Defnyddiwch gyfarpar â chod lliw
- Dilynwch gyfarwyddiadau'r gwneuthurwr ar gyfer gwanhau, defnyddio ac amseroedd cyswllt ar gyfer pob diheintydd.
- Ni ddylid ychwanegu at y toddiant.
- Rinsiwch yn drylwyr ar ôl glynnu wrth yr amser cyswllt.
- Sicrhewch bod y cemegyn o fewn y dyddiad terfyn.
- Dylid gwneud y toddiant yn ddyddiol, a'i waredu ar ôl 24 awr i lawr y sinciau ac nid i lawr y toiledau.

- Dylid labelu toddiannau a'u storio'n ddiogel.
- Rhaid defnyddio a storio pob cynnyrch glanhau yn unol â thafleuni COSHH, taflenni data diogelwch materol (MSDS) a chyfarwyddiadau gwneuthurwyr.
- Dylai pob aelod o staff fod wedi'i hyfforddi i ddefnyddio pob cynnyrch glanhau a bod â mynediad hawdd i ddalenni COSHH, taflenni data diogelwch materol a chyfarwyddiadau gwneuthurwyr i sicrhau bod yr holl gynhyrchion glanhau yn cael eu defnyddio a'u storio'n ddiogel

Beth ddylwn i ei ddefnyddio i ddiheintio arwynebau caled?



(Gweler atodiad 1 am gynhyrchion glanhau cymeradwy ychwanegol)

Beth Ddylwn ei Ddiheintio?

Bydd faint o amser y mae COVID-19 yn debygol o oroesi a pheri risg o haint yn ddibynol ar ddeunydd gwneuthuriad gwrthrych. 'Rheol y fawd' yw 72 awr neu 3 diwrnod, felly, unwaith y bydd yr amser hwn wedi mynd heibio, mae'r tebygolrwydd y bydd y gwrthrych yn dal wedi ei halogi gan y feirws yn isel.

Arwynebau a gwrthrychau a gaiff eu cyffwrdd yn aml i'w hystyried wrth wneud gwaith glanhau a diheintio gwell:

Dolenni Drysau, Ffonau, Tapiâu, Arwyddo Sgrin Gyffwrdd, Toiledau, Botymau Rhyddhau Drysau, Tegellau, Sgriniau Argraffydd, Botymau Gwthio Ffynnon Ddŵr, Cynwysyddion Sebon, Rheiliau Llaw, Teganau, Llyfrau Clawr Caled, Byrddau, Cadeiriau,

Desgiau, Padiâu Diogelwch, Teclynnau Rheoli o Bell, Allweddî, Panel Rheoli ar gyfer Drysau Caead Rholio, a Chyfarpar Chwarae Meddal – nid yw hon yn rhestr ddihysbydd.

Wrth ystyried y ffordd fwyaf addas o lanhau a diheintio offer, ystyriwch sut i'w ddefnyddio, er enghraifft, gall clorianau pwysu babanod, a matiau newid babanod gysylltu'n uniongyrchol â chroen plentyn. Yn y sefyllfaoedd hyn, argymhellir bod y cyfarpar yn cael eu glanhau â glanedydd a dŵr cynnes, eu rinsio a'u sychu neu eu glanhau drwy ddefnyddio cadachau glanedydd tafladwy neu gadachau Milton (neu debyg).



Pwynt Allweddol: Ar gyfer dull arbed amser, gall eitemau addas gael eu trochi mewn toddiant hylif Milton wedi ei wanhau am gyn lleied â 30 munud a hyd at 24 awr. Bydd prynu cynhwysydd plastig mawr yn caniatáu i nifer o eitemau gael eu diheintio ar yr un pryd. Bydd prynu un coch mawr ar gyfer eitemau halogedig a chynhwysydd plastig gwyrdd ar gyfer eitemau glân, yn helpu i reoli'r broses. Sylwch fod y gyfradd wanychu i Milton fod yn effeithiol yn erbyn COVID-19 yn wahanol i'r hyn a ddangosir ar y cynhwysydd. Ceir rhagor o wybodaeth yn Atodiad 1.

Cyfarpar Chwarae Awyr Agored

Dylai plant dreulio cymaint o amser yn yr awyr agored â phosibl gan y gall hyn gyfyngu ar y trosglwyddo a'i gwneud yn haws i gadw pellter rhwng y grwpiau.

Nid argymhellir bod cyfarpar chwarae awyr agored yn cael ei symud oddi yno, ond yn hytrach fod y risgiau cysylltiedig yn cael eu cynllunio a'u rheoli.

Cyn i'r plant fynd allan i chwarae a phan fyddant yn dychwelyd, dylid eu hannog i olchi eu dwylo. Dylid glanhau a diheintio arwynebau plastig a metel a ddefnyddir yn aml ar gyfarpar chwarae awyr agored ar ôl pob sesiwn. Nid oes angen glanhau a diheintio offer pren.

Argymhellir y dylid cael gwared ar y defnydd o chwarae 'blêr', gan gynnwys tywod, chwarae â dŵr a chlai, hyd nes y ceir hysbysiad pellach. Fodd bynnag, lle byddai'r cam hwn yn cael effaith andwyol ar ddysgu'r plentyn, gellir rheoli'r risgiau drwy roi i bob plentyn ei hambwrdd chwarae 'blêr' ei hun. Ni ddylid rhannu'r hambwrdd rhwng y plant a dylid gwaredu ei gynnwys ar ddiwedd pob sesiwn. Yn yr un modd, gellir rheoli chwarae a dŵr fel hyn.

Eitemau trydanol

Ar gyfer llawer o eitemau fel iPads, ffôn symudol, bysellfyrddau, llygod ac offer sgrin gyffwrdd ac ati, gellir prynu gorchudd amddiffynnol plastig, a'i lanhau yn dilyn yr opsiynau glanhau uchod ar ôl pob defnydd. Lle nad yw hyn yn bosibl, gellir

defnyddio cadachau alcohol sy'n cynnwys 60% o alcohol, gan ddilyn cyfarwyddiadau'r gwneuthurwr. Fel arfer, ni argymhellir chwistrellyddion ar offer trydanol.

Dodrefn Meddal (Mandylllog)

Unwaith y bydd gennych restr gyfredol o'r holl eitemau wedi'u dodrefnu'n feddal, ystyriwch beidio defnyddio unrhyw rai nad oes mo'u hangen.

Eitemau i'w hystyried: Cadeiriau wedi'u clustogi, llenni, sgriniau preifatrwydd dros dro, gobenyddion nyrsio, teganau meddal, eitemau gwely ar gyfer amser cyntyn, rygiau a llieiniau sychu llestri.

Dylid glanhau eitemau na ellir eu golchi â chynnyrch/prosesau glanhau yn unol â chyfarwyddiadau'r gwneuthurwr. Ar gyfer dodrefn meddal y mae angen ei glanhau, gwaredwch unrhyw halogiad gweladwy (os yw'n bresennol, gan gofio peidio ag ysgwyd eitemau) a'i lanhau gyda glanhawyr priodol i'w defnyddio ar yr arwynebau hyn. Ar ôl glanhau, golchwch eitemau (fel y bo'n briodol) yn unol â chyfarwyddiadau'r gwneuthurwr. Os yn bosibl, golchwch eitemau gan ddefnyddio'r gosodiad dŵr priodol cynhesaf ar gyfer yr eitemau a sychwch yr eitemau yn drylwyr. Pan nad oes modd glanhau eitemau gan ddefnyddio glanedyddion neu drefnu iddynt gael eu golchi, er enghraifft, dodrefn wedi'i glustogi a matresi, dylid glanhau â stêm.



Pwynt allweddol: Unrhyw gyfarpar meddal neu wedi'i ddodrefnu nad yw'n cael ei ddefnyddio, gofalwch eu bod yn cael eu gorchuddio a'u storio mewn man arall nes bod eu hangen i'w defnyddio. Mae hyn yn diogelu'r cyfarpar rhag halogiad damweiniol.

Trin gollyngiadau o waed a hylifau'r corff

Mae'n bwysig bod y gweithdrefnau ar gyfer glanhau hylifau corfforol yn cael eu diweddarau i gynnwys COVID-19.

Egwyddorion cyffredinol glanhau gwaed a gollyngiadau corfforol.

- Rhaid hyfforddi'r holl staff ar sut i lanhau gollyngiadau o waed a hylifau'r corff yn ddiogel.
- Dylid mynd i'r afael â gollyngiadau gwaed a hylifau corfforol mor gyflym â phosibl
- Cadwch y plant i ffwrdd o'r gollyngiad
- Gwisgwch PPE (h.y. menig tafladwy, ffedog tafladwy, mwgwd wyneb a fisor neu gogls).

- Dylid chwistrellu gronynnau amsugol dros y gollyngiad a'r ardal gyfagos, neu eu gorchuddio â thyweli papur amsugol i orchuddio'r gollyngiad. Pan ddefnyddir gronynnau amsugol, dylid eu gadael ar y gollyngiad yn ôl cyfarwyddiadau'r gwneuthurwr.
- Dylai'r gronynnau neu'r tyweli papur gael eu sgubo gan ddefnyddio sgwp hylif corff neu badell lwch a'u gwaredu mewn bag gwaredu gwastraff. Dylid cael gwared ar gymaint o'r gronynnau â phosibl.
- Rhewch lieiniau papur (neu rolyn cegin) dros y gollyngiad, i'w amsugno. Yna, rhewch y rhain yn ofalus mewn bag plastig nad sy'n gollwng i'w waredu.
- Paratowch doddiant o lanedydd ac yna sychwch yr ardal gyda thyweli papur (neu rolyn cegin).
- Defnyddiwch doddiant diheintio sy'n seiliedig ar glorin (wedi'i baratoi yn unol â chyfarwyddiadau'r gwneuthurwr) i lanhau gweddill y gollyngiad.
- Tynnwch PPE yn gywir.
- Dylid cael gwared â pob eitem untro, tyweli papur a PPE, a'u rhoi mewn bag ddwywaith a'u cadw mewn man diogel am 72 awr cyn eu gwaredu gyda'r gwastraff cyffredinol. Labelwch y bag â'r dyddiad y gellir ei waredu er mwyn sicrhau eich bod yn cydymffurfio â hyn.
- Golchwch eich dwylo gyda sebon hylif a dŵr sy'n rhedeg

Sylwer: Peidiwch â defnyddio diheintyddion sy'n seiliedig ar glorin, e.e. blâtsh i'r cartref yn syth ar ben gollyngiadau wrin (gan y gall hyn ryddhau nwy clorin). Dylid amsugno'r wrin yn gyntaf gyda thyweli papur cyn defnyddio toddiant diheintio

Asesiad risg ail-ddechrau'r gweithlu

Dychwelyd i'r gwaith

Ar ôl rhyddhau'r cyfyngiadau gofynion y cyfnod cloi, mae gwasanaethau'n cynllunio dychwelyd i'r gwaith yn raddol. Darperir y Canllawiau a'r Asesiad Risg canlynol (Atodiad 3) i gynorthwyo Rheolwyr i sicrhau bod staff yn dychwelyd i'r gweithle yn ddiogel, lle bo angen. Bydd hyn hefyd yn cynnwys y rhai sydd â gwendidau meddygol a gynghorwyd yn flaenorol i "hunan-ynysu" am 12 wythnos. Bydd angen i reolwr priodol gwblhau asesiadau risg, gan ymgynghori â'r aelod staff unigol (o bell/drwy Teams, Skype neu dros y ffôn).

Bydd mesurau cadw pellter cymdeithasol yn parhau hyd y gellir rhagweld.

Hunan-warchod

OS YW AELOD STAFF WEDI DERBYN LLYTHYR HUNAN-WARCHOD MAE GOFYN IDDYNT BARHAU I WNEUD HYNNY TAN 16 AWST 2020 NEU HYD NES Y DARPERIR CYNGOR PELLACH GAN IECHYD CYHOEDDUS CYMRU A/NEU LYWODRAETH CYMRU

Gallai'r rhai sy'n "glinigol agored iawn i niwed" gynnwys y bobl ganlynol. Bydd lefelau difrifoldeb, hanes neu driniaeth clefydau hefyd yn effeithio ar y bobl sydd yn y grŵp hwn:

1. Derbynyddion trawsblaniadau organau solet.
2. Pobl â chanserau penodol:
 - pobl sydd â chanser sy'n cael cemotherapi gweithredol
 - pobl sydd â chanser yr ysgyfaint sy'n cael radiotherapi gweithredol
 - Pobl gyda chanserau'r gwaed neu fêr yr esgyrn megis lewcemia, lymffoma neu fyeloma sydd ar unrhyw gam o driniaeth.
 - pobl sy'n cael imiwnotherapi neu driniaethau gwrthgyrff parhaus eraill ar gyfer cancer
 - pobl sy'n cael triniaethau cancer targedig eraill sy'n gallu effeithio ar y system imiwnedd, megis atalyddion cinas protein neu atalyddion PARP
 - pobl sydd wedi cael trawsblaniadau môr esgyrn neu bôn-gell yn y 6 mis diwethaf, neu sy'n dal i gymryd cyffuriau gwrthimiwnedd
3. Pobl â chyflyrau anadlol difrifol gan gynnwys pob ffibrosis systig, asthma difrifol a chlefyd rhwystrol cronig yr ysgyfaint (COPD).
4. Pobl sydd â chlefydau prin sy'n cynyddu'r risg o heintiau yn sylweddol (fel imiwnoddiffygiant difrifol (SCID), clefyd y crymangelloedd mewn unigolion homosygaid).
5. Pobl ar therapïau gwrthimiwnedd, mae hynny'n ddigon i gynyddu'r risg o haint yn sylweddol.
6. Merched sy'n feichiog gyda chlefyd y galon sylweddol, cynhenid neu a gaffaelwyd.

Dylid bod wedi cysylltu â phobl yn y grŵp hwn i ddweud wrthynt eu bod yn glinigol agored iawn i niwed. Os ydynt yn dal yn bryderus, dylent drafod eu pryderon gyda'u meddyg teulu neu feddyg yr ysbyty.

Hunan-ynysu

DIWYGIADAU GAN IECHYD CYHOEDDUS CYMRU

Mae cyngor hunan-ynysu wedi dod yn fwy penodol ers cyhoeddi'r Canllawiau Iechyd y Cyhoedd gwreiddiol ar ddechrau Pandemig COVID-19 ym mis Mawrth 2020. Mae'r diwygiadau fel a ganlyn:

a) Asthma

Mae'r dystiolaeth bresennol yn dangos nad yw asthma ysgafn yn risg mor uchel ag y tybiwyd i ddechrau. Yn ôl canllawiau Iechyd y Cyhoedd, byddai unigolion yn y grŵp hunan-warchod ar gyfer asthma os bydd POB UN O'R TRI Maen Prawf hyn yn berthnasol iddynt:

1. Mae asthma gan yr unigolyn, A
2. Mae'r unigolyn yn cymryd meddyginiaethau rheoli ychwanegol penodol yn ogystal â mewnanadlydd atal (er enghraifft, maent yn cymryd Montelukast, salmeterol neu formoterol, neu maent ar anadlydd cyfun fel Seretide, Fostair, Symbicort, Flutiform, Fobumix, DuoResp Spiromax, Combisal, Sereflo, Sirdupla, Aloflute, AirFluSal, Relvar Ellipta, Fusacomb neu Stalpex), A
3. Mae'r unigolyn yn cymryd steroidau geneuol parhaus neu reolaidd.

Yn ogystal â'r uchod:

4. Mae Cymdeithas Thorasig Prydain hefyd yn cynghori bod pobl yn wynebu risg uchel iawn os ydynt yn derbyn therapi biolegol ar gyfer asthma difrifol.
5. Hefyd, ystyrir bod pobl ag asthma sydd wedi cael eu derbyn i'r ysbyty yn ystod y flwyddyn ddiwethaf oherwydd y cyflwr yn agored iawn i niwed.

b) Diabetes Math 1 a 2

I ddechrau, roedd Canllawiau Iechyd y Cyhoedd yn rhestru diabetes fel un o'r grwpiau 'risg', ond cafodd hyn ei ddileu yn y diweddariadau a'r diwygiadau diweddarach.

Nid yw bod â diabetes yn golygu bod rhywun yn fwy tebygol o ddal y coronafeirws. Fodd bynnag, os bydd rhywun sydd â diabetes yn ei ddal, gall ddioddef symptomau a chymhlethdodau mwy difrifol.

Mae'r dystiolaeth bresennol yn dangos bod oedran yn ffactor pwysig o'i gyfuno â diabetes naill ai o fath 1 neu fath 2. Mae astudiaethau hefyd yn awgrymu bod mwy o berygl o niwmonia gyda rheolaeth wael ar ddiabetes. Yn absenoldeb tystiolaeth glir i'r gwrthwyneb, mae arbenigwyr yn credu y dylid cymryd bod cynnydd o ran bod yn agored i niwed yn 50 oed a chyda HbA1c (prawf siwgr gwaed cyfartalog) o 10%. Yn amlwg ni cheir naid sydyn i fod yn agored i niwed wrth i'r pwyntiau hyn gael eu croesi. Felly dylid defnyddio barn, gan ystyried pob cyd-afiachedd arall a ffactorau risg. Credir bod y risg o ddatblygu symptomau mwy difrifol o COVID-19 yn uwch mewn grwpiau oedran hŷn, pobl sydd dros bwysau, pobl o gefndiroedd du, asiaidd a lleiafrifoedd ethnig, a'r rheini â chyflyrau hirdymor eraill.

c) Gorbwysedd

Gall pobl sydd â gorbwysedd (pwysedd gwaed uchel) fod mewn mwy o berygl, os nad yw eu pwysedd gwaed o dan reolaeth neu os oes ganddynt ffactorau risg eraill. Os caiff eu pwysedd gwaed ei reoli'n dda ac nad oes unrhyw ffactor risg arall, nid oes tystiolaeth ar hyn o bryd sy'n awgrymu bod y risg yn sylweddol uwch na'r boblogaeth gyffredinol.

Nid yw lechyd y Cyhoedd yn ystyried pwysedd gwaed uchel fel un o'r cyflyrau sy'n gwneud pobl yn fwy agored i gymhlethdodau yn sgil COVID-19. Mae Cymdeithas Ryngwladol Gorbwysedd yn datgan nad oes unrhyw dystiolaeth hyd yn hyn bod pobl sydd â gorbwysedd gwaed yn cael eu gorgynrychioli ymhlith y rhai sydd wedi'u heintio'n ddifrifol gan COVID-19.

ch) Beichiogrwydd

Mae'r mwyafrif helaeth o fenywod beichiog ond yn dioddef symptomau tebyg i annwyd cymedrol a fflw ysgafn. Mae tystiolaeth bresennol yn dangos nad yw menywod beichiog mewn mwy o berygl o fynd yn ddifrifol wael nag oedolion iach eraill os byddant yn datblygu haint COVID-19. Dangosodd astudiaeth fawr o 16,749 o unigolion â COVID-19 mewn ysbytyau yn y DU, sydd ar gael ar hyn o bryd mewn rhagbrint, fod cyfran y menywod beichiog y gorfu iddynt fynd i ysbyty (6%) yn debyg i'r gyfran yn y boblogaeth gyffredinol, ac nid oedd beichiogrwydd yn gysylltiedig â chynnydd o ran marwolaethau. Ar hyn o bryd nid oes unrhyw ddata sy'n awgrymu bod mwy o risg o gamesgor neu golli babi'n gynnar oherwydd COVID-19.

Canfu data astudiaeth UKOSS o 427 o fenywod beichiog ym mis Mai 2020 fod y mwyafrif o fenywod beichiog sydd wedi mynd yn ddifrifol wael yn eu trydydd tymor o feichiogrwydd. Felly, mae'r canllawiau presennol yn nodi y dylid ystyried bod menywod beichiog dros '28 wythnos' yn wynebu mwy o risg ac yr argymhellir eu bod yn aros gartref. Ar gyfer menywod beichiog sydd â chyflyrau iechyd sylfaenol neu ffactorau risg eraill ar unrhyw adeg yn ystod beichiogrwydd dylid defnyddio dull mwy rhagofalus. Dylai pob gweithiwr beichiog gael Asesiad Risg Mamau Newydd a Darpar Famau wedi'i gwblhau yn dilyn arweiniad corfforaethol, yn ogystal â thrafodaeth gyda'u rheolwr am y risg o barhau i weithio yn ystod pandemig COVID-19.

d) Gordewdra

Mae'r dystiolaeth yn awgrymu bod gordewdra yn gysylltiedig â risg uwch o ddatblygu symptomau difrifol a chymhlethdodau COVID-19, sy'n annibynnol ar gyflyrau eraill, megis clefyd cardiofasgwlaidd. Fodd bynnag, nid yw'n glir ar hyn o bryd pam fod gordewdra yn gysylltiedig â ffurf fwy difrifol o'r clefyd. Canfu

astudiaeth fwy o dros 4,000 o gleifion â COVID-19 yn yr Unol Daleithiau fod gordewdra difrifol yn ffactor risg mawr ar gyfer mynd i'r ysbyty, yn ail yn unig i oedran.

4. Pwysoli Asesu Risg

- a) Mae bod yn y grŵp PDdALIE yn rhoi sgôr o 1 (ar yr asesiad risg) a fydd yn cwmpasu'r posibilrwydd o glefyd y crymangelloedd mewn poblogaethau Affro-Caribiaidd a hefyd y problemau o ran cylchedd gwasg / syndrom metabolaidd ymysg y rheiny o dde Asia ac unrhyw ffactor anhysbys arall mewn cymunedau PDdALIE eraill.
- b) Mae'r dystiolaeth ddiweddaraf yn dangos nad yw'r rhyw benywaidd yn cael ei warchod cymaint ag y tybiwyd o'r blaen ac mae angen ystyried hyn yn y sgôr.
- c) Mae'r pwysau unigol a roddir ar bob cyd-afiachedd yr un fath â'r gymhareb ods a fynegir mewn dwy astudiaeth lechyd fawr.
- d) Mae'n ofynnol i weithwyr beichiog gael asesiad risg ar wahân wedi ei gwblhau, sydd i gynnwys gofynion COVID-19 a chyngor gan ICC a Llywodraeth Cymru. Gweler y canllawiau lechyd a Diogelwch (*Gweler Canllawiai lechyd a Diogelwch Mamau Newydd a Beichiog Mehefin 2020*)

Nid yw'n ofynnol i'r gweithiwr cymorth fynd adref oni bai ei fod ef ei hun yn datblygu symptomau (peswch parhaus newydd, tymheredd uchel, colli arogl neu flas). Dylai olchi ei ddwylo'n drylwyr am 20 eiliad ar ôl unrhyw gysylltiad â rhywun sy'n sâl a lle bo'n bosib dylai newid i ddillad glân.

Cofiwch bob amser am ailgyflenwi PPE yr ystafell ynysu a ddefnyddiwyd cyn gynted â phosibl.

Cefnogi'r plant i ddychwelyd i ofal plant

Croesawu Plant i ofal plant

Bydd llawer o amrywiaeth o ran profiadau plant o'r cyfnod cloi ac o ran eu pryderon ynghylch dychwelyd i ofal plant, neu ddechrau arno. I lawer o blant bydd dychwelyd i ofal plant ar ôl cyfnod hir yn eu cartref yn anodd ac yn peri gofid. Bydd ar rai plant angen mwy o gymorth gyda'r trawsnewid hwn nag eraill, fel plant sy'n profi galar, plant ag anghenion addysgol arbennig, a phlant â llesiant is. Lle bo angen, dylai teuluoedd a staff addysg weithio gyda'i gilydd i ddatblygu cynlluniau unigol ar gyfer trosglwyddo plant yn ôl i ofal plant. Bydd bod yn ddigynnwrf, yn gadarnhaol a chefnogol ynghylch dychwelyd i ofal plant yn helpu'r lleoliad, y rhieni a'r plant i baratoi.

Cefnogi rhieni a gofalgwyr

Mae ymchwil newydd wedi canfod bod hanner rhieni'r DG yn teimlo'n anghyfforddus gyda phlant yn dychwelyd i'r ysgol/gofal plant ar ôl cyfnod cloi Covid-19 (Prifysgol Rhydychen, 2020). Gan gadw hyn mewn cof, mae rheoli pryder rhieni am hyn yn gam cyntaf pwysig tuag at gynorthwyo plant i ddychwelyd i ofal plant. Holwch y rhieni sut brofiad fu'r cyfnod cloi hwn i'w teulu a'u plentyn, er mwyn deall eu profiadau. Sicrhewch bod yr wybodaeth ddefnyddiol hon yn cael ei rhannu â staff allweddol.

Gall lleoliadau gofal plant gefnogi rhieni drwy gyfathrebu'n glir â rieni (yn electronig) ac iddynnhw rannu hynny â'u plant. Rhewch wybodaeth (gan gynnwys ffotograffau os oes modd) ynghylch yr hyn fydd yn wahanol a'r hyn fydd yr un peth. Defnyddiwch eich tudalennau gwefan/cyfryngau cymdeithasol a hysbysfyrddau ar y safle i rannu gwybodaeth a darparu diweddariadau. Gallai hyn gynnwys y drefn ddyddiol, y canllawiau ar ollwng/casglu a'r hyn a ddisgwylir gan rieni. Helpwch nhw i weld sut olwg fydd ar y sesiwn.

Helpwch rieni i ddeall pam eu bod yn debygol o sylwi ar newidiadau yn ymddygiad eu plentyn wrth iddynt dychwelyd i ofal plant. Er y gall rhai dybio y bydd hyn yn groeso nôl i

"normalrwydd", i blant gall y newid hwn o'r hyn y maent wedi dod i arfer ag ef yn y misoedd diwethaf beri anesmwythyd. Cyfeiriwch y rhieni at:

- Pam y gallai fy ymddygiad fynd yn fwy 'heriol' mewn cyfnod ansicr
- Cefnogwch bant ifanc gyda'u teimladau mewn cyfnod ansicr
- Helpwch blant gyda'u hymddygiad: cysylltu a chywiro

Mae'r cyfan i'w gael [yma](#)

Cefnogi plant drwy newid

A fydd gofal plant yn edrych yn wahanol? Allwch chi anfon lluniau ataf ymlaen llaw o ran sut mae'r ystafell yn edrych nawr, fel fy mod yn barod i weld unrhyw newidiadau fydd wedi bod yn nhrefn yr ystafell. Defnyddiwch lun ohonof yn yr ystafell sydd a threfn newydd iddi fel fy mod yn gweld fy hun yn perthyn i ofod newydd.

A fydda i gydag oedolion gwahanol? Rhowch lun i mi o'm gweithiwr allweddol newydd, gyda'i enw, fel y gallaf siarad amdanynt gartref ymlaen llaw.

A fydda i'n gweld fy ffrindiau? Os yw plant yn cael eu grwpio neu eu gosod mewn swigod cymdeithasol i ganiatáu ar gyfer cadw pellter cymdeithasol, rhannwch enwau'r rhai yn y grŵp lle bo'n bosibl gan ddilyn GDPR â rhieni, er mwyn iddynt allu siarad â'u plant a'u helpu i deimlo'n gysylltiedig â'r grŵp hwn.

A fydd trefn newydd gen i? Defnyddiwch ddelweddau gweledol i ddangos beth yw'r drefn newydd a darparu cymaint sy'n rhagweladwy ag y bo modd.

Helpwch fi i deimlo'n ddiogel. Sicrhewch fod rhywun cyfarwydd yn fy nghyfarch â gwên ar ddechrau'r sesiwn, gan fy nghroesawu gan fy rhiant i'r lleoliad, gan ddefnyddio fy enw a'm harwain i weithgaredd rwy'n ei fwynhau. Bod yn gadarnhaol, yn hapus ac yn gefnogol i'm hanghenion.

Helpwch fi i ddeall unrhyw "reolau" neu ffiniau newydd a allai fod wedi'u cyflwyno, gydag esboniadau syml neu osod yr ystafell mewn ffordd gorfforol sy'n ei gwneud yn haws dilyn y rhain.

Deall bod gennyf deimladau na fyddaf yn gallu dweud wrthy ch amdanynt ac efallai y byddaf yn eu hamlygu yn fy ymddygiad. Dilysu fy nheimladau a fy helpu i deimlo fod pobl yn fy neall. Mae fy ymddygiad yn ffurf ar gyfathrebu.

Os byddaf yn teimlo'n anniddig, a allaf ddod â rhywbeth cyfarwydd gyda mi? Gall gwrthrychau pontio (h.y. rhywbeth o gartref) fod yn ddefnyddiol iawn i gefnogi plant os ydynt yn teimlo'n arbennig o bryderus, bydd angen i hyn gydymffurfio â'r canllawiau presennol ar gyfer rheoli atal heintiau. Bydd angen ystyried sut y gall plant gael eu helpu i deimlo'n ddiogel, a gwneud hynny'n ddiogel e.e. defnyddio gwrthrych y gellir ei lanhau sy'n

cael ei lanhau wrth gyrraedd. Mae chwarae yn arbennig o fuddiol pan fydd plant yn teimlo'n bryderus neu dan straen

Cefnogwch fi i chwarae! Mae chwarae yn helpu plant i weithio drwy emosiynau, i wneud synnwyr o bethau y cânt yn anodd eu deall, ac mae'n cefnogi eu gwydnwch emosiynol a'u gallu i ymdopi. Mae chwarae gyda chyfoedion yn cael effaith sylweddol iawn ar ddatblygiad cymdeithasol ac emosiynol plant. Hebddo, gall plant deimlo'n unig ac ynysig.

Ewch â fi allan! Mae chwarae yn yr awyr agored, yn arbennig, yn gysylltiedig â gwella iechyd corfforol yn ogystal ag iechyd cymdeithasol ac emosiynol

Dilynwch fy arweiniad, fy nghryfderau a'm diddordebau. Bydd hyn yn fy helpu i deimlo'n ddiogel ac i feithrin perthynas ag oedolion newydd.

Darllen pellach:

Dolen - [Rhaid rhoi blaenoriaeth i ganiatáu i blant ifanc chwarae gyda'u ffrindiau cyn gynted ag y bo modd pan gaiff cyfnod y cloi ei liniaru](#)

Dolen - [Yn ôl i'r ysgol: defnyddio safbwyntiau seicolegol i gefnogi ail-ymgysylltu ac adfer](#)

Dolen - [Cyngor a chymorth i deuluoedd a rhianta Caerdydd 0-19](#)

Cysylltiadau defnyddiol

Sefydliad	Cyswllt e-bost neu gyfeiriad gwe
Cymorth Busnes Gofal Plant	cymorthbusnesgofalplant@caerdydd.gov.uk
Dewis	www.dewis.cymru
Gwasanaeth Gwybodaeth i Deuluoedd	FIS@caerdydd.gov.uk
Cynnig Gofal Plant	Cynniggofalplantcaerdydd@caerdydd.gov.uk
CCDC	CCDC@caerdydd.gov.uk
Dechrau'n Deg	www.flyingstartcardiff.co.uk/cy/

Datblygu'r Gweithlu Caerdydd	www.childcareincardiff-training.co.uk / datblygurgweithlu@caerdydd.gov.uk
Porth i Deuluoedd a Rhianta Caerdydd 0-18	www.cardiffamilies.co.uk / contactfas@caerdydd.gov.uk

Atodiad 1 - Cynhyrchion a brofwyd yn effeithiol yn erbyn COVID-19

Cynhyrchion Diheintio COVID-19 Addas Ar Gyfer Arwynebau Caled

Mae'r rhestr o gynhyrchion isod yn ddiheintyddion sy'n seiliedig ar Glorin a diheintyddion cemegol eraill sy'n cydymffurfio â BS EN 14476.

Milton

Paratoi Milton

Yn dilyn arweiniad wedi ei ddiweddarau gan Sefydliad Iechyd y Byd, mae Milton wedi newid ei gyngor ar gyfraddau gwanhau ac amser cyswllt Milton.

Gwanhau Milton

Mae'r Milton yn cael ei gyflenwi **heb ei wanhau** mewn poteli 5L.

Rhaid i Milton gael ei wneud yn ffres bob dydd.

1. Defnyddiwch fenig i amddiffyn eich croen.
2. Osgowch sbasio'r cynnyrch oherwydd gallai hyn arwain at gyswllt â'ch llygaid (dylid gwisgo goggles lle mae'n debygol y bydd tasgu).
3. Dylid ychwanegu **60ml** o Doddiant Milton at bob **1 Litr** o ddŵr oer.
4. Lle defnyddir tabledi Milton, dylid ychwanegu **2 dabled** at bob **1 Litr** o ddŵr oer.
5. Ar ôl gwanhau, tynnwch a gwaredwch fenig a golchwch eich dwylo.

Defnyddio toddiant Milton wedi ei baratoi

Arwynebau Cyswllt â Llaw

1. Defnyddiwch fenig i amddiffyn eich croen.
2. Pan gaiff toddiant Milton sydd wedi ei baratoi ei chwistrellu ar fyrddau, arwynebau cyswllt â llaw ac ati. Dylid ei chwistrellu ar yr arwyneb a'i sychu i orchuddio'r arwyneb cyfan. Yna dylid ei adael am **o leiaf 15 munud**.
3. Tynnwch a thafwch y menig a'r masg a golchwch eich dwylo.
4. Golchwch yr arwyneb gyda dŵr glân.

Suddo Teganau/Offer

1. Defnyddiwch fenig i amddiffyn eich croen.

2. Lle defnyddir y toddiant Milton parod i suddo teganau, dylid eu gadael dan y dŵr yn llwyr am **o leiaf 15 munud** (ond gallant aros yno am fwy o amser).
3. Gellir tynnu eitemau a'u hychwanegu o'r toddiant fel bo angen.
4. Tynnwch a thaflwch y menig a golchwch eich dwylo.
5. Wrth dynnu eitemau defnyddiwch fenig, golchwch yr eitemau â dŵr glân.
6. Tynnwch a thaflwch y menig a golchwch eich dwylo.
7. **Gwaredwch y toddiant bob 24 awr.**

Mesurau Cymorth Cyntaf:

Os ceir anadlir i mewn - dylid symud y person sy'n agorediddo i'r awyr iach. Cadwch nhw'n gynnes ac yn gorffwys.

Mewn achos o gyswllt â llygaid - Golchwch yn drylwyr gyda dŵr glân, gan ddal yr amrannau ar agor (os oes unrhyw gochni, poen neu nam ar y golwg, holwch feddyg llygaid).

Mewn achos o sblasio ar y croen - Tynnwch ddillad wedi'u halogi a golchwch y croen yn drylwyr â dŵr a sebon. Os yw'r man halogedig yn eang a/neu fod niwed i'r croen, rhaid ymgynghori â meddyg neu drosglwyddo'r person a effeithiwyd i'r ysbyty.

Mewn achos o lyncu - Peidiwch â rhoi unrhyw beth trwy'r geg i'r person. Os yw'r maint a lyncwyd yn fach (dim mwy na llond ceg), golchwch y geg gyda dŵr ac ymgynghorwch â meddyg. Peidiwch â chymell chwydu.

<https://connectedpr.com/milton/2020/04/07/latest-who-guidelines-suggest-hospital-grade-hygiene-products-from-milton-protect-against-covid-19/>

Tabiau Evans Chlor

Diheintydd sy'n seiliedig ar glorin.

Mae'r rhain yn cael eu disgrifio fel tabledi clorin byrlymol ar gyfer diheintio arwynebau ac offer mewn prosesu bwyd ac arlwyio. Fodd bynnag, gallant ddarparu'r 1,000ppm angenrheidiol o'r clorin sydd ar gael os caiff ei wanhau yn gywir.

Bydd 1 tabled mewn 1 litr o ddŵr oer yn darparu 1,000 ppm o'r clorin sydd ar gael, gydag amser cyswllt o 15 munud.

Tabledi Clorin Super W4

Cynnyrch sy'n seiliedig ar glorin

Bydd 1 tabled mewn 1 litr o ddŵr oer yn darparu 1,000 ppm o'r clorin sydd ar gael, gydag amser cyswllt o 5 munud. Tynnu a rinsio.

Clinell Universal Range

Yn cynnwys cyfansoddion amoniwm cwaternaidd. Gweithredu fel diheintydd a glanedydd.

Yn honni mai dyma'r fformiwla gyffredinol fwyaf effeithiol ar y farchnad. Defnyddir y cynnyrch hwn yn eang ar draws y GIG. Ar gael mewn cadachau arwyneb ac mewn chwistrell arwyneb caled yn barod i'w ddefnyddio (RTU). Yn cydymffurfio â BS EN 14476 ac yn effeithiol rhag feirysau dan orchudd a rhai heb fod wedi eu gorchuddio.

Evans Safe Zone Plus

Diheintydd feirwsleiddiol a brofwyd i safon BS EN 14476. Cyfansoddyn Amoniwm Cwaternaidd.

Glanhau a diheintio.

Cynnyrch parod i'w ddefnyddio. Sgeintio'n uniongyrchol ar yr arwyneb a'i sychu, caniatewch i'r aer ei sychu.

Oxivir Plus Spray (Diversity)

Chwistrell parod i'w ddefnyddio (RTU) a brofwyd i safon BS EN 14476. Ffurfiad asidig ar sail Peroxid Hydrogen.

Glanedydd a diheintydd.

Sgeintio'n uniongyrchol ar yr arwyneb a'i sychu, caniatewch i'r aer ei sychu.

Ar gyfer Norofeirws - Glanhewch yr wyneb gyntaf cyn ei ddiheintio. Gadewch i'r arwyneb aros yn wlyb am ddwy funud. Dim cyfarwyddiadau ychwanegol ar gyfer feirysau eraill.

Premier Products Screen

Mae'n disgrifio'i hun fel diheintydd pwerus i'w ddefnyddio mewn ardaloedd lle mae angen y lefelau uchaf o reolaeth hylendid. Cyfansoddyn amoniwm cwaternaidd yw'r cynnyrch hwn. Mae'r cynnyrch yn honni ei fod yn effeithiol yn erbyn feirysau ond nid yw'n rhestru safon y prawf. Fodd bynnag, mae'n honni ei fod yn effeithiol yn erbyn feirysau gan gynnwys HIV a HBV.

Mae'r cyfarwyddiadau yn gofyn am y toddiant canlynol yn erbyn yr uchod:

HIV - toddiant o 1:10 gydag amser cyswllt o 10 munud

HBV - toddiant o 1:10 gydag amser cyswllt o 5 munud

Clover Ultra AX Virucidal/Bactericidal Disinfectant

Diheintydd feirwsleiddiol a brofwyd i safon BS EN 14476. Cyfansoddyn Amoniwm Cwaternaidd.

Glanedydd a diheintydd.

Chwistrellwch ar yr arwyneb a'i sychu. Ar gyfer actifedd feirwsleiddiol ar arwynebau brwnt dylech ganiatáu 60 eiliad o amser cyswllt.

Cleenol Virabact Multi Surface Cleaner

Diheintydd feirwsleiddiol a brofwyd i safon BS EN 14476. Diheintydd i'w ddefnyddio ar arwyneb glân. Cynnyrch Parod I'w Ddefnyddio. Sgeintio ar yr arwyneb, gadewch ef am 5 munud, a'i sychu â chadach gwlyb glân.

Amser cyswllt 5 munud ar gyfer firysau dan orchudd.

Taski Sani 4 in 1 (Diversity)

Diheintydd feirwsleiddiol. Glanedydd a diheintydd.

Mae Diversity wedi cadarnhau'r canlynol yn ddiweddar "Mae Sani 4 mewn 1 yn pasio EN14476 yn erbyn Feirws Vaccinara (MVA), ar wanhau o 1% mewn amodau brwnt, dyma'r prawf cywir i brofi'n effeithiol yn erbyn feirysau Dan Orchudd fel Coronafeirws".

Gofynion gwanhau: 10ml wedi'i gymysgu ag 1 litr o ddŵr gydag amser cyswllt o 5 munud mewn amodau brwnt ac 1 funud mewn amodau glân.

SUMA Bac D10 (Diversey)

D10 Sanitiser in SmartDose 100916092

Mae gofyn cael cyfradd wanhau o 1.5% – Dôs 2 siot o'r toddiant dôs sbardun (yn rhoi gwanhad o 2.6) mewn potel sbardun 750ml. Angen amser cyswllt o 5 munud.

Gweler cyfathrebiad Diversey Mawrth 2020 ar gyfer cynhyrchion D10 eraill

Atodiad 2 – Rhestr wirio Ail-feddiannu Adeilad

Nid yw'r rhestr wirio ganlynol yn rhestr gyflawn, efallai y bydd lleoliadau'n teimlo bod angen mesurau pellach i sicrhau diogelwch pawb sy'n defnyddio'r gwasanaeth.

Rhestr Wirio Ail-feddiannu Adeilad				
Gwiriadau Statudol	Oes	Dim	Dd/B	Camau Gweithredu
A yw'r holl gyfarpar bwyler/pwysedd wedi'u harchwilio yn ôl y cynllun archwilio?				
A yw'r dystysgrif(au) diogelwch nwy yn gyfredol ar gyfer adolygiad blynyddol?				
A yw'r archwiliad trylwyr 6 mis o lifftau/offer codi wedi ei gynnal?				
Profion ar Declynnau Bach				
Diogelwch Tân				
A yw'r system larwm tân wedi derbyn gwasanaethu o fewn y 6 mis diwethaf?				
A fydd y larwm tân yn cael ei brofi cyn meddiannu?				
A yw'r holl ddrysau tân a chloeon mag wedi'u harchwilio ar gyfer eu gweithrediad?				
A yw'r holl ddiffoddwyr tân yn eu lle ac yn rhydd rhag diffygion?				
A yw'r holl systemau llethu tân/sgeintio wedi'u cynnal a'u gwirio'n briodol ar gyfer pwysedd digonol (lle bo'n briodol)?				
Diogelwch Adeiladau				
A oes unrhyw ddifrod i'r adeiledd, y to, y ffenestri neu'r gosodiadau?				
A yw'r system CCTV yn gweithio'n gywir?				
A yw'r larwm tresmaswyr yn gweithio'n gywir?				
Rheoli Dŵr/Legionella				

A oes cynllun ail-gomisiynu (lle bo angen) a phryd y bydd hyn yn cael ei wneud?				
Amrywiol				
A yw pob un o'r pecynnau cymorth cyntaf yn eu lle, yn gyfredol ac wedi'u stocio'n llawn?				
A fydd contractwr rheoli plâu yn ymweld â'r safle pan gaiff ei ailfeddiannu (ar gyfer adeiladau lle mae bwyd yn cael ei baratoi)?				
A gasglwyd yr holl wastraff ac ailgylchu?				
Offer cegin yn gweithio, gan gynnwys echdynnu aer (lle bo'n briodol?)				
Drysau caead rholio'n weithredol, wedi'u gwasanaethu a/neu wedi'u 'gwneud yn ddiogel?'				

Camau Gweithredu sy'n ofynnol	Gan	Blaenoriaeth	Amserlen	Cwblhawyd

Atodiad 3 ASESIAID RISG AIL-DDECHRAU'R GWEITHLU COVID-19

Y rheolwr llinell i gwblhau asesiad risg mewn ymgynghoriad ag aelod o staff

MANYLION PERSONOL		
Teitl:	Cyfenw:	Enw(au) Cyntaf:
Dyddiad Geni:		Gwryw/Benyw:
Cyfeiriad cartref (gan gynnwys cod post):		☎
Teitl y Swydd:		Lleoliad Gwaith:
Adran (os yn briodol):		Dyddiad Asesu:
Enw'r Rheolwr:		☎

Ffactorau Risg		✓sy'n berthnasol	Sgôr
Oedran	50-59		1.0
	60-69		2.0
	70 neu'n hyn		4.0
Rhyw ar enedigaeth	Benyw		0.5
	Gwryw		1.0

Cydaifiachedd	Clefyd cardiofasgwlaidd (gan gynnwys pwysedd gwaed uchel, trawiad blaenorol ar y galon neu fethiant y galon)		1.3
	Diabetes Math 1 a 2		1.4
	Clefyd cronig yr ysgyfaint (gan gynnwys asthma, COPD, clefyd interstitaidd yr ysgyfaint - ILD)		1.1
	Clefyd cronig yr arennau		1.2
	PDdALIE		1.0
	Gordewdra (BMI >30 Cyfrifiannell BMI GIG ar-lein: https://www.nhs.uk/live-well/healthy-weight/bmi-calculator/)		1.3
Hanes Teulu	A yw aelod o'ch teulu agos (rhiant o dan 70, brawd neu chwaer, plentyn) wedi bod i'r ITU neu wedi marw gyda Covid-19		1.0
SGÔR			
Ystyriaethau ychwanegol - rhowch fanylion – os oes unrhyw ystyriaethau ychwanegol nad ydynt wedi'u cynnwys yn y tabl ffactorau risg, rhowch fanylion yn yr adran hon a cheisiwch gyngor gan arbenigwr iechyd galwedigaethol am gyfarwyddyd ar reoliadau sydd eu hangen yn y gwaith:			

Gwerthuso Risg

0-3.9	Risg isel	Parhau â'r dyletswyddau presennol gan lynu at yr arferion rheoli haint gorau.
4-6.9	Risg Uchel	Cyfarpar Diogelu Personol gwell ac addasu dyletswyddau
>7.	Risg Uchel lawn	Gweithio o gartref

Dyletswyddau presennol	Sgôr 0-3.9	Sgôr 4-6.9	Sgôr o 7 neu fwy
Cyswllt Wyneb yn Wyneb â'r Gymuned: Gydag Aelodau'r Tîm/cydweithwyr busnes Aelodau'r cyhoedd gan gynnwys plant Contractwyr Defnyddwyr gwasanaeth / cleientiaid	Parhau â Gofal <i>Dilyn Canllawiau Corfforaethol:</i> <i>Ymbellhau corfforol o 2 fetr</i> <i>Atal / rheoli haint</i> <i>Gofynion Hylendid</i> <i>Lle bo'n bosibl agor ffenestri / awyru da</i>	Lle mae ymbellhau corfforol yn bosibl nid oes angen Cyfarpar Diogelu Personol. Lle nad yw Ymbellhau Corfforol yn bosibl: <i>Gwisgo Masg IIR a Gogls / Fisor Wyneb yn y gweithle.</i> <i>Ni ddylid cynnal unrhyw ofal personol.</i>	Risg Uchel lawn, Gweithio o gartref os yn bosibl
Darparu Cymorth Corfforol o fewn 2 fetr i: Defnyddwyr Gwasanaeth / Cleientiaid / Plant	Parhau â gofal <i>Dilyn Canllawiau Corfforaethol</i> <i>Atal / rheoli haint</i> <i>Gofynion Hylendid</i> <i>Lle bo'n bosibl agor ffenestri / awyru da</i>	Cyfarpar Diogelu Personol (PPE) Gwell <i>Gwisgo Masg IIR, Gogls / Fisor Wyneb yn y gweithle.</i> <i>Mae'n Rhaid Cadw Pellter Corfforol o 2 fetr bob</i>	Risg Uchel lawn, Gweithio o gartref os yn bosibl

	<i>Gwisgo Cyfarpar Diogelu Personol Gwell (masg IIR, Gogls / Fisor Wyneb, Ffedog a Menig ar gyfer pob cyswllt â chleientiaid o fewn 2 fetr)</i>	<i>amser, dim gofal personol i gael ei wneud.</i>	
Darparu Gofal Personol o fewn 2 fetr i:- Defnyddwyr Gwasanaeth / Cleientiaid / Plant	Parhau â gofal / Cyfarpar Diogelu Personol Gwell <i>Dilyn Canllawiau Corfforaethol: Atal / rheoli haint</i> <i>Gofynion Hylendid</i> <i>Lle bo'n bosibl agor ffenestri / awyru da</i> <i>Gwisgwch PPE Gwell - Masg IIR, Gogls, Fisor Wyneb, Ffedog a Menig ar gyfer yr holl ofal personol a ddarperir.</i>	Dyletswyddau wedi'u haddasu a Chyfarpar Diogelu Personol Gwell <i>Ymbellhau Corfforol o 2 fetr bob amser – dim gwaith uniongyrchol gyda chleientiaid.</i> <i>Gwisgo Masg IIR, Gogls / Fisor Wyneb yn y gweithle.</i>	Risg Uchel lawn, Gweithio o gartref os yn bosibl
Darparu Gofal Personol o fewn 2 fetr - gydag GCE <i>(Gweithdrefnau Cynhyrchu Erosol)</i> Darparwyr gofal preifat / staff wedi'u hyfforddi gan Weithiwr Proffesiynol Meddygol.	Cyfarpar Diogelu Personol (PPE) Gwell <i>Dilyn Canllawiau Cenedlaethol Cartrefi Gofal.</i> <i>Gwisgo IIR / Gogls / Fisor Wyneb, Ffedog / Gorchuddwsg a Menig yn y gwaith</i>	Rhaid adleoli i swydd arall.	Risg Uchel lawn, Gweithio o gartref os yn bosibl

	Ar gyfer GCE defnyddiwrch Fasn Anadlu yn dilyn 'Prawf Ffitio'		
--	--	--	--

Nodwedd nodweddiadol yn ôl sgorau

Nodwedd	Sgôr >7	Nodwedd	Sgôr 4-6.9	Nodwedd	Sgôr 0-3.9
Henoed 60-69	2	Canol oed	1	Iau	0
Gwryw	1	Gwryw	1	Gwryw	1
3 chydafiachedd	3.7	2 gydafiachedd	2.7	1 cydafiachedd	1.3
Gordew	1.3	Gordew	1.3	Ddim yn ordew	0
PDdALIE	1	PDdALIE	1	PDdALIE	1

Risg Uchel iawn: Gwryw PDdALIE oedrannus gyda 3 chydafiachedd neu fwy a gordewdra

Risg Uchel: Gwryw PDdALIE Canol Oed gyda 2 gydafiachedd a gordewdra

Risg Isel: Gwryw PDdALIE iau gydag un neu ddim cydafiachedd a dim gordewdra

Ffynhonnell: Adnodd Asesu Risg Cymru – Covid-19 (WRATC)

Sylwer:

Mae'n ofynnol i bob aelod o staff gadarnhau eu bod wedi derbyn hyfforddiant (wedi gweld y ddolen fideo ar gyfarwyddiadau ar sut i wisgo, ffitio, tynnu a chael gwared ar Gyfarpar Diogelu Personol). Mae'n ofynnol i reolwyr gadw cofnod ysgrifenedig / electronig o'r hyfforddiant. Ar gyfer GCA defnyddied Masg Anadlu yn lle Masg IIR - dim ond ar ôl dilyn Hyfforddiant Prawf Ffitio gan Nyrs Iechyd.

Fideo hyfforddiant ar PPE: [Fideo PPE](#)

Caiff yr wybodaeth ei phrosesu yn unol â'r Ddeddf Diogelu Data a'r Rheoliad Diogelu Data Cyffredinol. Sicrhewch eich bod yn ail-ymweld â'ch polisiau diogelu data, eich protocolau rhannu gwybodaeth a hysbysiadau preifatrwydd i sicrhau eu bod yn cynnwys sut y bydd y wybodaeth uchod yn cael ei phrosesu a'i storio.

Atodiad 4– Gofal Plant Dechrau'n Deg

Cynhyrchwyd y wybodaeth a'r enghreifftiau canlynol gan y Tîm Cynghori Dechrau'n Deg sy'n cefnogi Gofal Plant Dechrau'n Deg ar draws Caerdydd.

Ochr yn ochr â phob pennawd rydym wedi nodi a yw'r wybodaeth neu'r enghreifftiau ar gyfer darparwyr Gofal Plant Dechrau'n Deg yn unig neu os yw'n ganllaw arfer da y gall pob darparwr ei ddefnyddio.

Rhythm y dydd (Canllawiau arfer da)

Bydd yr enghraifft hon yn gweithio os oes gennych 2 grŵp ar wahân o blant. Addaswch yr amseriadau i amseriadau eich lleoliad. Cofiwch mai canllaw yw hwn, addaswch yn ôl yr angen ar gyfer lleoliad eich hun.

Amser	Grwp 1	Grwp 2
9:00 - 9:10 Oedolyn llawr - Paratowch fyrbryd a'i roi ar blatiau unigol ar hambwrdd	Croeso / Golchi dwylo / Wedi'i rannu'n grwpiau	Croeso / Golchi dwylo / Wedi'i rannu'n grwpiau
9:10 - 9:50 Oedolyn llawr – glanhau ag ail osod gweithgareddau	Gweithgareddau dan do Golchi dwylo rhwng pob gweithgaredd Gweithgareddau	Awyr agored Golchi dwylo rhwng pob gweithgaredd
9:50 – 10:00	Toiled a golchi dwylo	Amser grŵp
10:00 – 10:10	Byrbryd, glanhau a golchi dwylo	Toiled a Golchi dwylo
10:10 -10:20	Amser Grwp	Byrbryd, glanhau a golchi dwylo
10:20 – 10:50	Awyr agored Golchi dwylo rhwng pob gweithgaredd	Gweithgareddau dan do Golchi dwylo rhwng pob gweithgaredd Gweithgareddau
10:50 - 11:00	Golchi dwylo / Amser grŵp / Amser cartref	Golchi dwylo / Amser grŵp / Amser cartref

Cynllunio Dyddiol (Canllawiau arfer day)

Gweithgaredd 1			
Adnoddau			
Pam?			
Gweithgaredd 2			
Adnoddau			
Pam?			
Gweithgaredd 3			
Adnoddau			
Pam?			
Gweithgaredd 4			
Adnoddau			
Pan?			
Gweithgareddau Awyr Agored			
Gweithgaredd 1			
Adnoddau			
Pam?			
Gweithgaredd 2			
Adnoddau			
Pam?			
Gweithgaredd 3			
Adnoddau			
Pam?			
Gweithgaredd 4			
Adnoddau			
Pam?			
Byrbryd:		Amser Grwp:	

Syniadau enghreifftiol y gellir eu defnyddio.

Cynllunio Dyddiol – Diwrnod 1

Gweithgaredd 1	Chwarae dŵr unigol - llenwi a gwagio cwpanau
Adnoddau	Hambyrddau, cynwysyddion amrywiol, sianeli, cwpanau
Pam?	<i>Archwiliwch briodweddau: dŵr, tywod gwlyb, tywod sych, clai, unrhyw ddeunyddiau hydrin eraill</i>
Gweithgaredd 2	Cornel cartref - Gosod y bwrdd
Adnoddau	Cornel gartref wedi'i sefydlu - llestri, offer,
Pam?	Cyfleoedd i ymarfer sgiliau e.e. yn y gornel gartref
Gweithgaredd 3	Chwarae blociau
Adnoddau	Blociau pren, ffotograffau o adeiladau i'w dynwared
Pam?	Ymdrin ag offer / gwrthrychau gyda rheolaeth gynyddol
Gweithgaredd 4	Byd Bach - jyngl / fferm / deinosoriaid
Adnoddau	Ffigurau'r byd bach, adnoddau hawdd eu glanhau, digon o adnoddau naturiol i newid rhwng grwpiau (glaswellt, mwd ac ati)
Pam?	Annog chwarae dychmygus
Gweithgareddau Awyr Agored	
Gweithgaredd 1	Mud Pie
Adnoddau	Mud, water, buckets, spoons, flowers, leaves
Pam?	<i>Handle, explore/ experiment/ discuss e.g. a wide range of materials</i>
Gweithgaredd 2	Cwrs rhwystr
Adnoddau	cylchoedd hwla, cerrig camu, trawstiau cydbwysedd, sleid

Pam?	Hybu iechyd corfforol e.e. chwarae awyr agored, Rubicon, Traed prysur ac ati.
Gweithgaredd 3	Gollage natur
Adnoddau	Papur mawr, dail, blodau, ffyn,
Pam?	Annog mynegiant unigol e.e. gwaith celf
Gweithgaredd 4	Peintio â dŵr
Adnoddau	Brwsys, cynwysyddion, dŵr,
Pam?	Datblygu sgiliau echddygol bras
Byrbryd:	Amser Story : Story Time Makaton

Cynllunio dyddiol – Diwrnod 2

Gweithgaredd 1	Chwarae tywod unigol, defnyddio cwpanau papur i'w gwneud cestyll tywod
Adnoddau	Hambyrddau, tywod, llwyau, cwpanau neu gynwysyddion plastig / papur
Pam?	Archwiliwch briodweddau: dŵr, tywod gwlyb, tywod sych, clai, unrhyw ddeunyddiau hydrin eraill
Gweithgaredd 2	Gwneud offerynnau cerdd
Adnoddau	Cynwysyddion, reis, pasta, poteli plastig,
Pam?	Annog sgiliau gwrando
Gweithgaredd 3	Chwistrellwch boteli gyda phaent ac îsl / papur mawr
Adnoddau	Chwistrellwch boteli, paent, dŵr, îsl, papur mawr
Pam?	Annog datblygiad modur a gros mân

Gweithgaredd 4		Trac trên	
Adnoddau		Fel uchod - os yw ar gael, defnyddiwrch gymorth llyfr	
Pam?		Dewis a defnyddio adnoddau yn annibynnol	
Gweithgareddau Awyr Agored			
Gweithgaredd 1		Beiciau a Peli	
Adnoddau		Fel uchod	
Pam?		Datblygu sgiliau echddygol bras	
Gweithgaredd 2		Edafu dail	
Adnoddau		Dail twll (rwber o ran gwead yn ddelfrydol) dyrnu twll, glanhawyr pibellau, rhuban	
Pam?		Datblygu sgiliau echddygol manwl	
Gweithgaredd 3		Sialc mawr ar y llawr	
Adnoddau		Sialc, llawr / wal awyr agored clir	
Pam?		Datblygu creadigrwydd	
Gweithgaredd 4		Cerddoriaeth a symud gyda chwaraewr MP3	
Adnoddau		Chwaraewr mp3	
Pam?		Darparu cyfleoedd i berfformio	
Byrbryd:		Amser Grwp:	Cerddoriaeth mwnci Bocs tap tap

Cynllunio Dyddiol – Diwrnod 3

Gweithgaredd 1		Bagiau clo sip wedi'u llenwi ag ewyn eillio, gel, cyflyrydd ar gyfer gwasgu	
Adnoddau		Bagiau clo sip, ewyn eillio, gel, cyflyrydd, blagur gwlân cotwm	
Pam?		Archwiliwch briodweddau: dŵr, tywod gwlyb, tywod sych, clai, unrhyw ddeunyddiau hydrin eraill	

Gweithgaredd 2	Tweezers - cludo gwrthrych a llenwi cynwysyddion
Adnoddau	Tweezers, cynwysyddion, gwrthrychau (botymau, sgriwiau, blodau)
Pam?	Datblygu sgiliau echddygol manwl
Gweithgaredd 3	Cornel cartref - Siopa gyda thuniau, pecynnau bywyd go iawn,
Adnoddau	Adnoddau cornel cartref
Pam?	Siaradwch am yr hyn maen nhw'n ei wneud / beth sy'n digwydd (e.e. chwarae anniben, chwarae rôl
Gweithgaredd 4	Chwarae blociau
Adnoddau	Blociau, ffotograffau posib i blant eu dynwared
Pam?	Ymdrin ag offer / gwrthrychau gyda rheolaeth gynyddol
Outdoor Activities	
Gweithgaredd 1	Wal gludiog gyda gwrthrychau naturiol
Adnoddau	Plastig cefn gludiog, adnoddau naturiol (blodau, dail, ffyn ac ati)
Pam?	Mwynhewch fod yn yr awyr agored / gwerthfawrogi'r byd naturiol
Gweithgaredd 2	Adeiladu - yn yr awyr agored
Adnoddau	Blociau mawr, planciau ac ati.
Pam?	Datblygu sgiliau echddygol bras
Gweithgaredd 3	Patrymau mawr gyda rhannau rhydd - cerrig, botymau blodau
Adnoddau	Sialc, cerrig mân, botymau, blodau, glaswellt, ffyn
Pam?	Creu patrymau
Gweithgaredd 4	Cegin fwd - cymysgu a chyfuno
Adnoddau	Saucepans / cynwysyddion, llwyau, mwd, dŵr, adnoddau naturiol

Pam?		Trin, archwilio / arbrofi / trafod e.e. ystod eang o ddeunyddiau	
Byrbryd:		Amser Grwp:	Sgwrs grŵp bach Amser stori

Cynllunio Dyddiol – Diwrnod 4

Gweithgaredd 1	Toes chwarae unigol ar gyfer pob plentyn
Adnoddau	Cae chwarae, torwyr, rholeri,
Pam?	Archwiliwch briodweddau: dŵr, tywod gwlyb, tywod sych, clai, unrhyw ddeunyddiau hydrin eraill
Gweithgaredd 2	Posau
Adnoddau	Fel uchod
Pam?	Datrys Problemau
Gweithgaredd 3	Lluniadu gyda chreona / pensiliau cyfyngedig
Adnoddau	Papur, creona, pensiliau
Pam?	Annog creadigrwydd
Gweithgaredd 4	Byd bach - ceir a garej
Adnoddau	Fel uchod
Pam?	Annog chwarae dychmygus
Gweithgaredd Awyr Agored	
Gweithgaredd 1	Chwistrellwch boteli â dŵr - tynnwch sialc
Adnoddau	Chwistrellwch boteli, dŵr, patrymau sialc ar y llawr
Pam?	Datblygu sgiliau echddygol manwl / gros
Gweithgaredd 2	Cwrs rhwystr
Adnoddau	Cylchoedd, trawstiau cydbwysedd, conau,
Pam?	Hybu iechyd corfforol e.e. chwarae awyr agored, Rubicon, Traed prysur ac ati.

Gweithgaredd 3		Taflu at darged gyda pheli bach	
Adnoddau		Marcio sialc fel targedau, peli bach,	
Pam?		Yn darparu cyfleoedd i fod yn egnïol	
Gweithgaredd 4		Paentio gyda brwsys paent naturiol	
Adnoddau		Brwsys paent naturiol, dŵr, cynwysyddion,	
Pam?		Annog mynegiant unigol e.e. gwaith celf	
Byrbryd:		Amser Grwp	Bag cerdd Makaton

Nodyn Cyswllt (Dechrau'n Deg yn unig)

Bydd aelodau o'r Tîm Cyngori ar Flying Start yn rhannu nodyn o daflen gyswllt gyda chi bydd y rhain yn disodli 'nodiadau ymweld'.

Name of Setting/Enw'r Lleoliad:

Setting Leader/Arweinydd:

Name of FSTA or FSAT/Enw'r AYDD neu ADD:

Date/Dyddiad:

Plant yn Bresennol Children Present	Plant wedi eu cofrestru Children Registered	Plant â Chymorth 1:1 Children with 1:1 support	Dechrau'n Deg Flying Start
Staff yn bresennol Staff present		Gweithwyr Cymorth yn bresennol Support workers present	
Lles y plant Wellbeing of children		Lles y staff Staff wellbeing	
Adolygiad ar y nodyn cyswllt diwethaf			

Review of previous note of contact		
Monitro ac adolygu glanhau & asesiadau risg Monitor and review Cleaning procedures & Risk assessments (Are all staff aware)		
Darpariaeth (dan do ac awyr agored) Provision (indoor and outdoor)		
Beth sy'n gweithio'n dda? What is working well?	Beth <i>nad</i> sy'n gweithio cystal? What is <i>not</i> working so well?	
Camau Gweithredu Actions	Pwy Who	Pryd When
Wedi cwblhau y gofrestr Registers have been completed	Arsylwadau Observations	Welcomm
Unrhyw Fater Arall Any Other Business		

Please take the opportunity to share this information with all members of your team.

Manteisiwch ar y cyfle i rannu'r adborth hwn gyda phob aelod o'ch tîm os gwelwch yn dda.

Cwblhawyd gan/Completed by:_____

Cardiau gweithgaredd (Canllawiau arfer da)

Gweithgareddau Echyddol Bras



Gellir dal i chwarae gweithgareddau echyddol bras o fewn swigen / grŵp ac mae'n hyrwyddo datblygiad modur mawr, cydbwysedd a chydymud.

Bydd angen glanhau / sychu adnoddau gyda chynhyrchion glanhau priodol ar ôl eu defnyddio gan bob swigen / grŵp o blant.

Gallai adnoddau / gweithgareddau gynnwys...

Beiciau / sgwteri - gellir glanhau a chylchdroi'r rhain.

Gallai cyrsiau gweithgaredd gynnwys rhedeg, neidio a sgipio!

Amrywiaeth o beli - dylid osgoi peli wedi'u gorchuddio â ffabrig gan nad yw'n hawdd glanhau'r rhain..

Hela bwystfilod bach- mae mynd ar antur natur bob amser yn llawer o hwyl, defnyddiwrch chwyddwydrau neu potiau chwyddwydr.

Cwrs rhwystrau; gall gynnwys trawstiau cydbwysedd, cerrig camu, rhaffau.

Ewch ar helpa drysor!

Neidio mewn i gylchoedd hwla.

Adeilad ffau gan ddefnyddio llen gawod neu tarpaulin sy'n hawdd eu glanhau.

Mae gosod y bwrdd yn y gegin fwdlyd yn weithgaredd paru / didoli gwyh.

Creu offerynnau cerddorol - er enghraifft, cwpanau tafladwy, cerrig mân a thâp gludog i wneud ysgydwydr..

Ysgubo dail / dŵr.

Ewch i neidio mewn pyllau dŵr!

Gwneud siapiau ar y llawr gan ddefnyddio rhannau rhydd mawr; Casglwch ffyn a dail a'u defnyddio i greu siapiau gwahanol ar y llawr. Arbrofwch gyda gwahanol siapiau i weld beth all eich dyfeiswyr ei greu!

Tynnu llun o amgylch cysgodion - gellir rhoi sialc mewn bag a'i labelu ar gyfer plant unigol.

Adeiladu



Mae chwarae gydag amrywiaeth o adnoddau adeiladu yn helpu plant i fagu hunanhyder, datblygu sgiliau gwneud penderfyniadau ac annog eu dysgu annibynnol

Pethau i'w cofio ...

Defnyddiwch flociau / adnoddau sy'n hawdd eu glanhau / yn ddiogel ar gyfer peiriant golchi llestri / tafladwy ar ôl eu defnyddio.

Rhaid defnyddio tarpolin neu len gawod os bydd y gwaith adeiladu yn digwydd ar y llawr a'i olchi ar ôl ei ddefnyddio.

Things to remember...

Adeiladu tyrau / cestyll / gwahanol adeiladau - gellir cefnogi'r gweithgaredd hwn trwy ddefnyddio lluniau wedi'u lamineiddio i ysgogi trafodaeth.

Adeiladu trac trên – gellir cynnwys siaradwr Bluetooth gyda synau trên!

Defnyddiwch hambyrddau unigol i greu safle adeiladu bach - tryciau, peiriannau cloddio, pobl ac ati.

Mae morthwylion a theiau mewn blociau ewyn bob amser yn llawer o hwyl!

Byddwch yn greadigol gydag adeiladu rhannau rhydd neu fodelu sothach sy'n hawdd ei waredu ar ôl ei ddefnyddio.

Blociau naturiol a drychau sgwar unigol.

Cerrig mân llyfn (amrywiaeth o feintiau)

Cerrig garw (amrywiaeth o feintiau)

Tiwbiau o wahanol feintiau y gellir eu sychu / golchi ar ôl eu defnyddio.

Gweithgareddau Modur Manwl



Yn gyffredinol mae gweithgareddau modur manwl yn cynnwys adnoddau sy'n hawdd eu glanhau, mantais fawr!

Pethau i'w cofio....

Mae'r gweithgareddau hyn yn addas iawn i'w sefydlu'n unigol mewn hambyrddau. Mae hyn yn gwneud yr adnoddau bach yn haws i gadw llygad arnynt.

Glanhewch bob eitem yn drylwyr cyn gynted ag y bydd y plentyn wedi gorffen chwarae ag ef.

Os ydych chi'n sefydlu'r weithgaredd ar raddfa fwy ar gyfer eich swigen / grŵp gwnewch yn siŵr bod pob eitem yn cael ei glanhau neu ei thafu a'i hail-lenwi ar gyfer y swigen / grŵp nesaf o blant.

Gallai'r gweithgareddau gynnwys ...

Edafu - fe allech chi edafu dail i arbed glanhau!

Defnyddio tweezers i symud rhannau rhydd i wahanol gynwysyddion yn yr hambwrdd.

Peintio neu wneud marciau mewn dail te ac ati gyda ffyn cotwm neu brigau bach.

Edafu trwy colandr a rhidyllau.

Pegio - gellir gwneud hyn o amgylch cynhwysydd neu ar hyd llinell olchi.

Cofiwch, os ydych chi'n defnyddio sanau ac ati, mae angen eu hadnewyddu ar ôl pob defnydd.

Adeiladu gyda blociau bach neu giwbiau iâ.

Mae cloeon ac allweddi neu gnau a bolltau bob amser yn boblogaidd ac yn hawdd i'w glanhau

Mae paru poteli a thopiau poteli yn cynnig mwy o her i rhai o'ch plant.

Postio eitemau mewn i flychau neu dynnu rhuban allan o dyllau mewn blychau.

Tywallt cerrig mân neu fotymau i gynwysyddion gan ddefnyddio llwyau.

Creadigol/Celf



Mae creadigrwydd yn caniatáu ar gyfer mynegi
syniadau a theimladau...

Pethau i'w cofio...

Defnyddiwch adnoddau y gellir eu glanhau'n effeithiol neu eu
gwaredu ar ôl eu defnyddio.
Gellir cyflwyno'r mathau hyn o weithgareddau yn unigol mewn
hambyrddau, neu ar ddefnyddiau amrywiol fel darnau o ffoil tun,
papur pobi ac ati.
Er mwyn hwyluso glanhau, tynnwch yr îsl o'i waelod i ganiatáu i
blentyn bob ochr fod yn greadigol!

Gallai adnoddau / gweithgareddau gynnwys...
Peintio â brwsys naturiol i ennyn y synhwyrâu.
Glynu adnoddau naturiol fel blodau, dail brigau ac ati i bapur gludiog.
Rholio conau ffynidwydd neu gerrig mân gyda phaent mewn
hambyrddau unigol.
Creu marciau gyda brigau mewn hamfwrdd llawn glud pva.
Paletiau paent unigol.
Peintio blociau unigol o rew.
Peintio â phegiau; defnyddiwch deunyddiau fel gwlân cotwm, sbwng,
rhuban, ffabrig, gwellt ac ati.
Poteli chwistrell wedi'u llenwi â phaent.
Ceir wedi'u rholio mewn paent i wneud traciau.
Coronau naturiol.
Printio â dail.

Gweithgareddau Modur Manwl



Yn gyffredinol mae gweithgareddau modur manwl yn cynnwys adnoddau sy'n hawdd eu glanhau, mantais fawr!

Pethau i'w cofio....

Mae'r gweithgareddau hyn yn addas iawn i'w sefydlu'n unigol mewn hambyrddau. Mae hyn yn gwneud yr adnoddau bach yn haws i gadw llygad arnynt.

Glanhewch bob eitem yn drylwyr cyn gynted ag y bydd y plentyn wedi gorffen chwarae ag ef.

Os ydych chi'n sefydlu'r weithgaredd ar raddfa fwy ar gyfer eich swigen / grŵp gwnewch yn siŵr bod pob eitem yn cael ei glanhau neu ei thaflu a'i hail-lenwi ar gyfer y swigen / grŵp nesaf o blant.

Gallai'r gweithgareddau gynnwys ...

Edafu - fe allech chi edafu dail i arbed glanhau!

Defnyddio tweezers i symud rhannau rhydd i wahanol gynwysyddion yn yr hambwrdd.

Peintio neu wneud marciau mewn dail te ac ati gyda ffyn cotwm neu brigau bach.

Edafu trwy colandr a rhidyllau.

Pegio - gellir gwneud hyn o amgylch cynhwysydd neu ar hyd llinell olchi.

Cofiwch, os ydych chi'n defnyddio sanau ac ati, mae angen eu hadnewyddu ar ôl pob defnydd.

Adeiladu gyda blociau bach neu giwbiau iâ.

Mae cloeon ac allweddau neu gnau a bolltau bob amser yn boblogaidd ac yn hawdd i'w glanhau

Mae paru poteli a thopiau poteli yn cynnig mwy o her i rhai o'ch plant.

Postio eitemau mewn i flychau neu dynnu rhuban allan o dyllau mewn blychau.

Tywallt cerrig mân neu fotymau i gynwysyddion gan ddefnyddio llwyau.

Cornel Cartref



Meddyliwch am bethau y gallwch chi eu gwneud yn yr ardal gwerthfawr hwn heb ddefnyddio cynhyrchion bwyd go iawn.

Pethau i'w cofio....

Mae'r gornel cartref yn cynnig ardal cyfarwydd sy'n medru cynnig cysur i blentyn tra o'i cartref. Er y bydd rhai plant yn gyffrous i ddod trwy'r drysau ar ôl yr egwyl hir ar eu diwrnodau cyfyngedig, bydd eraill yn ei chael hi'n anodd i addasu. Gall gweithgareddau cyfarwydd y maen nhw'n eu gweld neu'n ymuno â nhw gartref yn cynnig cysur ac yn helpu i'w setlo yn eu sesiwn.

Cynigiwch nifer gyfyngedig o botiau a sosbenni; platiau, bowlenni, cwpanau, chyllyll a ffyr; doliau; pecynnu y gellir ei lanhau e.e tuniau, potiau iogwrt, tybiau neu flychau wedi'u gorchuddio â phlastig / tâp selo clir i'w cryfhau a'u gwneud yn hawdd i'w lanhau. Yn y ffordd honno gallwch chi roi adnoddau ffres allan ar gyfer pob grŵp gan adael llai o bethau i'w glanhau yn ystod y sesiwn.

Rhaid glanhau pob eitem a ddefnyddir yn unol â Chanllawiau'r Llywodraeth cyn y gellir ei defnyddio eto.

Gallai'r gweithgareddau gynnwys...

Gosod y bwrdd ar gyfer gwahanol amseroedd bwyd - paru platiau, cyllyll a ffyr, bowlenni ac ati.

Gofalu am fabanod - gwisgo a smalio bwydo. Gellir golchi dillad a'r doliau ar ôl phob grŵp o blant. Peidiwch â defnyddio doliau corff meddal gan eu bod yn anodd eu glanhau a'u sychu.

Parti pen-blwydd gyda hetiau papur (y gellid ei wneud fel gweithgaredd arall) yn esgus gwneud cacennau gyda bowlenni a llwyau. Iaith hyfryd am bartion a phenblwyddi i'w cael yma.

Gwnewch restrau siopa gyda'ch gilydd a siaradwch am y bwydydd y mae plant yn mwynhau eu coginio a'u bwyta. Defnyddiwch becynnau fel ysgogiadau ac i ddechrau sgwrs.

Hydrin



Er mwyn i'r plant mwynhau profuadau hydrin, ystyriwch ffyrdd gwahanol i ddarparu profiadau.

Meddyliwch am ffyrdd i roi mynediad i'r plant i dderbyn profiad synhwyraidd ac ymchwiliol gan ddefnyddio adnoddau hydrin yn annibynnol yn hytrach na mewn grŵp.

- Gallwch ddarparu gweithgareddau hydrin ar hambyrddau unigol a gwaredu'r hambyrddau ar ddiwedd y gweithgaredd.
- Defnyddiwch y cyfle i gyflwyno ac ymestyn iaith a geirfa, er enghraifft, enwau, ansoddeiriau, berfau, safle, maint a siâp.
- Mae torri, gwasgu a rholio toes yn wych i ddatblygu sgiliau mudol mân, ychwanegwch berlysiau, sbeisys neu liw i ymestyn y profiad.
- Defnyddiwch faw glân i ddatblygu'r synhwyrau. Gallwch gymysgu a chywasgu – mae'n arogl'n fendigedig hefyd.
- Mae sleim wastad yn brofiad hwylus i'r plant.
- Beth am gynnal parti? Defnyddiwch does persawrus, torwyr, canhwyllau a daliwr cacennau.
- Gallwch gymysgu eli eillio â pheint a rhoi brigau i'r plant i greu marciau.
- Ewch tu allan i greu angenfilod mwd gydag adnoddau naturiol.
- Byddwch yn bobydd a pharatowch does.
- Gallwch ddefnyddio 'papier mache' i greu modelau 3D.
- Ychwanegwch adnoddau naturiol, megis, brigau, blodau a dail at does.

Gweithgareddau Cerddorol



Mae gweithgareddau cerddorol yn cefnogi sgiliau mathemategol yn enwedig patrwm a threfnu.

Pethau i'w gofio...

- Os oes dim ond 1 grŵp o blant yn eich lleoliad, gallwch gyflawni gweithgareddau cerddorol gyda'r grŵp cyfan
- Os ydych wedi rhannu eich grwpiau, mae'n syniad da i ddefnyddio'r tu allan neu ochr arall yr ystafell.
- Rhowch chwaraewyr MP3 yng nghanol yr ystafell, bydd y 2 grŵp yn medru clywed.
- Os ydych yn gwneud gweithgareddau cerddorol ar wahân, sicrhewch nad ydy'r sŵn yn effeithio ar blant eraill sydd yn chwarae.

Gallwch ddefnyddio'r gweithgareddau/adnoddau yma..

- 'Monkey Music'
- Rubicon - mae'n haws i beidio defnyddio'r elastig
- Symud yn greadigol i wahanol gerddoriaeth neu sain, ychwanegwch ruban, gallwch olchi yn hawdd!
- Canu hwiangerddi
- Defnyddio offerynnau gyda cherddoriaeth
- Ychwanegwch synau at yr ardaloedd
- Canwch wrth chwarae, mae'n hwylus ac yn ychwanegu ar y gweithgaredd

Byd Bach



Gallwch barhau i ddarparu profiadau
byd bach yn eich 'bubble' neu yn
unigol i'r plant.

Pethau i'w gofio...

- Wrth osod eich byd bach, cofiwch bydd angen glanhau neu waredu a'r adnoddau un waith mae'r plant yn gorffen.

Gallwch ddefnyddio'r adnoddau yma..

- Fferm - defnyddiwch ddail a brigau i'r gwaelod neu i greu ffen-sys. Gallwch ddefnyddio blawd llif neu wair hefyd.
- Y Jwngl - eto mae blawd llif yn gweithio'n dda. Ychwanegwch blociau bambŵ sy fedru glanhau yn hawdd
- Ceri a garej - gallwch gadw'r ceir mewn bocys bach sy'n haws i'w glanhau
- Tŷ dol - defnyddiwch adnoddau plastig sy'n hawdd i'w glanhau
- Byd trychfilod– ychwanegwch adnoddau naturiol
- Byd dinosoriaid - ychwanegwch adnoddau naturiol fel yr uchod
- Anifeiliaid yr Arctig - ychwanegwch blociau iâ a dŵr glas
- Trac trênn– gall y plant defnyddio blociau i adeiladau twnnel
- Coedir gyda adnoddau naturiol

Tywod



Wrth chwarae yn y tywod, mae plant yn datblygu sgiliau corfforol a sgiliau chydysymud llaw a llygaid.

Pethau i'w gofio...

- Gallwch ddefnyddio hambyrddau unigol i ymchwilio tywod
- Defnyddiwch adnoddau a gallwch lanhau yn hawdd neu waredu ar ôl eu defnyddio
-

Gallwch ddefnyddio'r gweithgareddau/adnoddau yma..

- Ceir neu gerbydau eraill i ddarparu profiad o yrru
- Claddwch adnoddau naturiol, megis, cerrig, cregyn neu frigau i'r plant darganfod
- Mae llenwi a gwagu cynhwysyddion yn llawer o hwyl
- Mae anifeiliaid bach, pobl a dinosoriaid yn hoff iawn o dywod
- Defnyddiwch lwy i lenwi sanau gyda thywod
- Defnyddiwch frwshys i chwilio am eitemau
- Defnyddiwch offer cegin i ymarfer eich sgiliau coginio
- Ychwanegwch ogr neu dwndis
- Cynhaliwch amser tê gyda thebot a chwpanau
- Defnyddiwch gefelau i symud gwrthrychau
- Adeiladwch gastell tywod

Byd Bach



Gallwch barhau i ddarparu profiadau
byd bach yn eich 'bubble' neu yn
unigol i'r plant.

Pethau i'w gofio...

- Wrth osod eich byd bach, cofiwch bydd angen glanhau neu waredu a'r adnoddau un waith mae'r plant yn gorffen.

Gallwch ddefnyddio'r adnoddau yma..

- Fferm - defnyddiwch ddail a brigau i'r gwaelod neu i greu ffensys. Gallwch ddefnyddio blawd llif neu wair hefyd.
- Y Jwngl - eto mae blawd llif yn gweithio'n dda. Ychwanegwch blociau bambŵ sy fedru glanhau yn hawdd
- Ceri a garej - gallwch gadw'r ceir mewn bocys bach sy'n haws i'w glanhau
- Tŷ dol - defnyddiwch adnoddau plastig sy'n hawdd i'w glanhau
- Byd trychfilod - ychwanegwch adnoddau naturiol
- Byd dinosoriaid - ychwanegwch adnoddau naturiol fel yr uchod
- Anifeiliaid yr Arctig - ychwanegwch blociau iâ a dŵr glas
- Trac trê - gall y plant defnyddio blociau i adeiladau twnnel
- Coedir gyda adnoddau naturiol

Dŵr



Meddylwch am ffyrdd gwahanol i'r plant derbyn y profiad o chwarae gyda dŵr.

- Meddylwch am ffyrdd mae plant yn medru derbyn profiad o ddŵr sy'n rhedeg yn lle twba dŵr sy'n aros yn yr un lle am gyfnod hir
- Cynigwch hambyrddau unigol i'r plant - mae gwagu a llenwi yn llawer o hwyl
- Byddwch yn barod i chwarae yn y glaw - mae plant yn mwynhau sbasio mewn pwll ddŵr
- Ychwanegwch baent bowdwr i'r pwll ddŵr, gall y plant defnyddio brwshys i greu patrymau
- Mae wal ddŵr hefyd yn ffordd i'r plant derbyn mynediad i ddŵr sy'n rhedeg - cofiwch i newid y dŵr yn aml
- Gosodwch bowlenni golchi llestri i'r plant golchi llestri
- Mae pipedau bach yn ffordd hwyl i greu patrymau lliwgar ar bapur
- Defnyddiwch sbwng a dŵr i olchi'r beiciau
- Rhewch ddŵr mewn pot unigol i'r plant creu marciau
- Ymchwiliwch iâ, rhewch adnoddau naturiol i'r plant darganfod

Example Parent's Leaflet (Good practice guidance)



Paratoi at fynd i leoliad Dechrau'n Deg XXXX

Rydym yn edrych ymlaen at eich gweld chi a'ch plentyn. Dyma rai enghreifftiau o'r pethau y gallwch disgwyl eu gweld pan fyddwch yn cyrraedd...



Pan fyddwch yn dod â'ch plentyn i'r lleoliad bydd lleoedd 2m ar wahân wedi'u nodi'n glir ger y fynedfa. Mae hyn er mwyn cadw pellter diogel rhyngoch chi a'r teuluoedd eraill wrth i chi aros i'r sesiynau ddechrau.



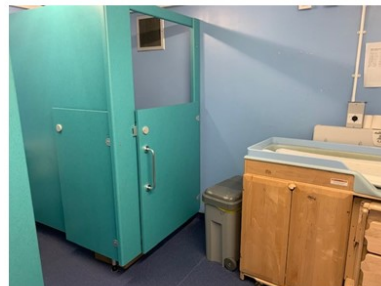
Gadewch y lleoliad cyn gynted ag y byddwch wedi gollwng/casglu eich plentyn. Os yw'n bosib, sicrhewch mai un person yn unig sy'n gwneud hyn.

Byddwn yn cofrestru plant wrth y drws. Efallai byddwn yn gwisgo dillad amddiffynnol megis ffedog a menig.

COVID-19 PREVENTION



Cofiwch ddweud wrthym os oes gan unrhyw un yn eich cartref symptomau COVID-19. Byddwn yn gofyn cwestiynau i chi am y mater hwn bob dydd wrth i chi ollwng eich plentyn.



Byddwn yn sicrhau bod y staff a'r plant yn golchi eu dwylo'n gyson a chaiff y lleoliad ei lanhau'n rheolaidd.



Efallai y byddwch yn sylwi bod llai o blant yn y lleoliad na'r arfer. Bydd hyn yn ein helpu i sicrhau bod gan y plant ddigon o le i chwarae wrth gadw pellter cymdeithasol.



Efallai bydd y lleoliad yn edrych ychydig yn wahanol. Efallai bydd rhai o'r teganau wedi'u rhoi i gadw ond bydd digon o bethau cyffrous i'ch plentyn eu gwneud o hyd!



Bydd eich plentyn yn derbyn byrbryd yn ystod y sesiwn o hyd. Byddant yn parhau i dreulio'r amser hwn gyda'u ffrindiau wrth gadw pellter cymdeithasol.



Dewch â chyn lleied o bethau i'r lleoliad â phosib.

Os oes gennych unrhyw bryderon neu gwestiynau ynghylch eich plentyn yn dod i leoliad Dechrau'n Deg, cysylltwch â ni yn XXXXXXXXXXXXXXXX