

Cyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru

Yn cefnogi elusennau gwirfoddolwyr a chtmunedau



Cyfres o Bolisiau Enghreifftiol

8 Canllawiau diogelwch ar gyfer ymweld â chartrefi

Bydd y canllawiau hyn yn cael eu cefnogi gan hyfforddiant ar bynciau penodol o bryd i'w gilydd.

Byddwch yn ymweld â phobl oedrannus a all fod angen cymorth oherwydd eu bod yn wael neu o dan straen, neu oherwydd llesgedd. Mae'n bosibl felly na fyddant yn gallu cadw safonau diogelwch uchel yn eu cartrefi, a gall hyn effeithiol arnynt hwy a chwithau.

- Byddwch yn ymwybodol fod llawer o ddamweiniau yn digwydd yn y cartref, a gall mesurau synhwyrol atal anafiadau a hyd yn oed farwolaeth.
- Os digwydd i chi ddod ar draws unrhyw gyflwr neu ddarn o offer yn y cartref sy'n ymddangos yn beryglus, tynnwch sylw eich client ato – gan gofio nad ydych yn ddim mwy nag ymwelydd yn eu cartref – a, gyda'u caniatâd, hysbyswch eich goruchwyliwr o'ch pryderon cyn gynted â phosibl.

Mae'r nodiadau hyn yn tynnu sylw at y prif bwyntiau, ond nid yw'n rhestr gyflawn.

Diogelwch personol

- Eich cyfrifoldeb chi yw peidio rhoi eich hun mewn sefyllfa beryglus. Ein rheol euraidd ar gyfer gwirfoddolwyr yw 'os ydych chi'n ansicr ynghylch ei ddiogelwch, peidiwch â'i wneud!'
- Pan fyddwch yn mynd yn ôl a blaen at glient, byddwch yn ymwybodol am beryglon posibl. Os ydych chi'n anhapus ynglŷn ag ymweld â chlient ar eich pen eich hun, neu yn y tywyllwch, mewn ardal benodol, trafodwch eich pryderon gyda'ch goruchwyliwr. Mae larymau personol ar gael i'r sawl sydd eu heisiau.
- Dilynwch eich greddf. Os yw gweithred unrhyw un yn y cartref yr ydych yn ymweld ag ef yn codi amheuan, dilynwch eich greddf a rhowch eich hun mewn sefyllfa lle gallwch adael yn gyflym. Cofiwch nad yw'r sefyllfa hon yn debygol o godi, ond mae'n ddoeth i fod yn barod ar ei chyfer.
- Os nad ydych chi wedi eich hyfforddi peidiwch, mewn unrhyw amgylchiadau, â cheisio codi client sy'n gorwedd neu eistedd i fod yn unionsyth, na symud person o gadair i wely neu gadair olwyn. Mae'n hawdd iawn i berson sydd heb

ei hyfforddi i anafu ei hun wrth geisio gwneud hyn, a phe baech yn gollwng y client, byddai ef neu hithau'n cael eu hanafu hefyd.

- Peidiwch â dringo ar ddarnau dodrefn ansefydlog, fel cadeiriau simsan, wrth wneud mân bethau o gwmpas y tŷ.

TRYDAN

- Dylai ceblau, plygiau a socedi trydan fod mewn cyflwr da.
- Sicrhewch nad yw pwyntiau pŵer wedi eu gorlwytho, h.y. sawl peth yn gweithio o'r un soced.
- Ni ddylid defnyddio offer trydanol, gan gynnwys rhai symudol, mewn ystafelloedd ymolchi.
- Ni ddylid cyffwrdd ag offer trydanol, ceblau na phlygiau gyda dwylo gwlyb.
- Dylid cadw blancedi trydan yn sych a fflat, a dylent gael eu gwasanaethu'n rheolaidd.
- Peidiwch â gwneud unrhyw atgyweiriadau trydanol eich un oni bai eich bod yn drydanwr proffesiynol. Ni ddylech wneud gwaith elfennol hyd yn oed, fel newid ffiws neu blwg.
- Os oes gennych chi UNRHYW amheuaeth ynghylch unrhyw ddarn o offer neu eitem drydanol, peidiwch â'i ddefnyddio.

NWY

Os ydych chi'n arogl nwy yn y tŷ ac yn methu dod o hyd i'r tarddiad, neu os ydych chi'n amau bod nwy yn gollwng:

- sicrhewch fod pob fflam noeth wedi ei diffodd (gan gynnwys sigarêts)
- agorwch bob drws a ffenestr a diffoddwch y tapiau nwy
- peidiwch â chynnau swîts golau
- cysylltwch â gwasanaeth brys y bwrdd nwy (*rhif ffôn*) a gofynnwch am gyngor.

COGINIO

- mae llawer o dannau yn cynnau yn y gegin. Dyma rai o'r peryglon:
- golau peilot yn diffodd
- dylid cadw dolenni sosbenni'n ddigon pell oddi wrth fflamau rhai iddynt boethi, ond ni ddylent ychwaith ymwthio allan i'r gegin
- ni ddylai sosbenni sglodion fod yn fwy na hanner llawn o saim
- dylid cadw llygad manwl ar y ffwrn tra'n ei defnyddio

GWRES

- rhaid sicrhau fod pob tân wedi ei ddiogelu â giard
- gwnewch yn siwr nad oes arogl nwy, yn arbennig ger y mesurydd
- dylid cadw gwresogyddion symudol yn ddigon pell oddi wrth ddodrefn ac ni ddylid eu rhoi mewn manau lle gall pobl faglu trostynt
- mae rhoi dillad i sychu o flaen tân neu ffwrn yn beryglus

- Gwnewch yn siwr nad yw gwresogyddion olew yn mygu nac arogl yn dod ohonynt

SYMUD YN DDIOGEL

Mae'n hanfodol fod y cartref mor ddiogel â phosibl. Fodd bynnag, cofiwch mai ymwelydd â'r cartref ydych chi, ac ni allwch wneud mwy na chynnig awgrymiadau ar gyfer gwella diogelwch cartref y person yr ydych yn ymweld ag ef.

Cadwch olwg ar y manau canlynol, a all fod yn broblem, a thynnwch sylw atynt mewn ffordd gynnil a chyfeillgar:

- Bod drysau, y cyntedd, coridorau, grisiau a phen y grisiau yn glir ar gyfer cerdded a'u bod wedi eu goleuo'n dda, hyd yn oed yn y nos
- Bod carpedi, rygiau, matiau a lino sydd wedi rhwygo, gwisgo neu grychu a/neu sy'n symud yn gallu bod yn beryglus
- Bod gosodion a ffitiadau yn ddiogel
- Nad oes ceblau rhydd yn unman
- Bod unrhyw beth sy'n cael ei arllwys ar y llawr yn cael ei lanhau ar unwaith.

TÂN

Peidiwch ag ysmegu yng nghartref y client – hyd yn oed os yw'r client ei hyn yn ysmegu. Pe bai tân yn cynnau, ni ellid eich beio chi. Pe bai tân yn cynnau tra'ch bod chi gyda chlient:

Peidiwch â rhoi eich hun mewn perygl

- gofawch eich bod chi a'r client yn symud i fan diogel
- deialwch 999 a gofynnwch am y Gwasanaeth Tân.

MODDION A CHEMEGAU

- Y rheol ar gyfer gwirfoddolwyr sy'n ymweld yw nad eich gwaith chi yw helpu'r client gyda'u moddion.
- Fel gwirfoddolwyr sy'n ymweld ni ddylech ychwaith fod yn trafod cemegau, ond cofiwch na ddylid cymysgu golchwyr toiledau a channydd, a pheidiwch ag arllwys cemegyn (e.e. cannydd) o un cynhwysydd i un arall

Ymwadiad

Mae'r wybodaeth a ddarperir yn y daflen hon ar gyfer cyfarwyddyd yn unig. Nid yw'n amnewid am gyngor proffesiynol ac ni allwn dderbyn unrhyw gyfrifoldeb am golled o ganlyniad i unrhyw berson weithredu neu wrthod gweithredu arno

Cyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru
Ty Baltig, Sqwar Mount Stuart, Bae caerdydd, Caerdydd, CF10 5FH

Ffon: 0800 2888 329 help@wcva.org.uk
Ffacs: 029 2043 1701 www.wcva.org.uk



Ffon: 0800 2888 329
www.wcva.org.uk

Cynhyrchwyd gan WCVA, Cyngorau Gwirfoddol Sirol a Chanolfannau Gwirfoddoli

Diweddarwyd: Gorffennaf 2014