



## Tymheredd Eithafol yn y Gweithle



Os yw tymheredd eithafol yn broblem yn eich ysgol chi, mae nifer o gamau y gallwch eu cymryd i fynd i'r afael â'r broblem.

Mae Rheoliadau'r Gweithle (Iechyd, Diogelwch a Lles) 1992 yn mynnu y dylid darparu thermomedrau yn y gweithle. Dylai thermomedrau fod ar gael ym mhob lleoliad addas ym mhob rhan o'r gweithle i alluogi pobl i fesur y tymheredd, ond nid oes angen eu darparu ym mhob ystafell waith. Ni ddylid rhoi thermomedrau yn union o flaen ffenestri nac wrth ymyl ffynonellau gwres pelydrol.

Os bydd y tymheredd yn uwch na therfynau synhwyrol, yna dylai'r cyflogwr gynnal asesiad risg a rhoi mesurau ar waith i fynd i'r afael â'r mater, a allai gynnwys defnyddio bleindiau, gwyntyllau neu ddulliau oeri/gwresogi ychwanegol.

Lle bo'n briodol, dylai cyflogwyr hefyd ddarparu ystafelloedd amgen neu, mewn sefyllfaoedd eithafol, orchymyn cau'r adeilad yn rhannol neu'n gyfan gwbl.

Mae awyru digonol hefyd yn hanfodol, yn enwedig mewn ystafelloedd dosbarth a ddefnyddir ar gyfer pynciau fel technoleg, lle gellid cynhyrchu llwch. Yn gyfreithiol, mae'n rhaid gallu awyru ystafelloedd dosbarth yn ddigonol.

Dylai cyflogwyr sicrhau bod ffynhonnell hygrych o ddŵr yfed ar gael i staff a myfyrwyr ac ystyried gweithredu trefniadau gweithio hyblyg, lle bo'n bosibl, er mwyn osgoi defnyddio ystafelloedd dosbarth sy'n arbennig o agored i dymereddau uchel yn ystod oriau poethaf y dydd.

**Os nad yw'r ysgol yn datrys y broblem,  
ffoniwch 029 2054 6080 neu e-bostiwch: [rc-wales-cymru@mail.nasuwat.org.uk](mailto:rc-wales-cymru@mail.nasuwat.org.uk)**

### Y Gyfraith

Mae'n ofynnol i gyflogwyr gan Ddeddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith sicrhau iechyd a lles eu gweithwyr, cyn belled ag y bo'n rhesymol ymarferol. Yn fwy penodol, mae Rheoliad 7 Rheoliadau'r Gweithle (Iechyd, Diogelwch a Lles) 1992 yn ei gwneud yn ofynnol:

1. yn ystod oriau gwaith, dylai'r tymheredd ym mhob man gwaith fod yn rhesymol;
2. bydd nifer digonol o thermomedrau yn cael eu darparu er mwyn galluogi pobl yn y gwaith i weld beth yw'r tymheredd mewn unrhyw weithle y tu mewn i adeilad.

Mae Rheoliadau Rheoli Iechyd a Diogelwch 1999 yn mynnu bod cyflogwyr yn gwneud asesiad priodol o risg i iechyd, diogelwch a lles eu gweithwyr a chymryd unrhyw gam angenrheidiol sy'n rhesymol o ymarferol. Mae'r tymheredd yn y gweithle yn un o'r materion y dylai cyflogwyr roi sylw iddo i gwrdd â'u gofynion cyfreithiol.

Efallai y bydd angen goruchwylio iechyd neu sgrinio meddygol yn achos staff sydd â gofynion arbennig, fel beichiogrwydd, salwch ac anabledau penodol, ac a allai fod yn cymryd meddyginiaeth neu'n gweithio mewn amgylcheddau straen oerfel/gwres hysbys. Dylid ceisio cyngor meddygol os oes angen.

Mae'r Awdurdod Gweithredol Iechyd a Diogelwch wedi datblygu arweiniad cynhwysfawr, sydd ar gael ar [www.hse.gov.uk/temperature](http://www.hse.gov.uk/temperature).

*dros y ddalen*

## Y Cod Ymarfer Cymeradwy ar gyfer Rheoliadau'r Gweithle 2013

Mae Rheoliadau'r Gweithle (Iechyd, Diogelwch a Lles) 1992 yn pennu gofynion penodol ar gyfer y rhan fwyaf o agweddau ar yr amgylchedd gwaith. Mae rheoliad 7 y Rheoliadau hyn yn ymdrin yn benodol â'r tymheredd mewn gweithleoedd dan do ac yn nodi: *'Yn ystod oriau gwaith, rhaid i'r tymheredd ym mhob gweithle y tu mewn i adeiladau fod yn rhesymol.'* Ni nodir beth sy'n *'rhesymol'*, serch hynny.

Nodir yn y Cod Ymarfer Cymeradwy y dylai'r tymheredd mewn ystafelloedd gwaith ddarparu cysur rhesymol heb fod angen dillad arbennig. Pan fydd tymheredd o'r fath yn anymarferol oherwydd prosesau poeth neu oer, dylid cymryd pob cam rhesymol i sicrhau tymheredd sydd mor agos â phosibl at fod yn gyfforddus.

O ran tymheredd isel, mae'r Cod Ymarfer Cymeradwy'n glir: *'Fel rheol, dylai'r tymheredd mewn ystafelloedd gwaith fod o leiaf 16 gradd Celsius oni bai bod llawer o'r gwaith yn golygu ymdrech gorfforol ddwys, ac os felly dylai'r tymheredd fod o leiaf 13 gradd Celsius.'*

Mae'r Cod Ymarfer Cymeradwy yn mynnu y dylid cymryd pob cam rhesymol i sicrhau tymheredd gweddol gyfforddus lle mae'r tymheredd mewn ystafell waith/ystafell ddosbarth yn anghyfforddus o uchel, er enghraifft oherwydd prosesau poeth neu ddyluniad yr adeilad, a hynny drwy ddulliau fel:

- inswleiddio peiriannau poeth neu bibellau;
- darparu systemau oeri;
- cysgodi ffenestri;
- lleoli gweithfannau draw oddi wrth fannau agored i wres pelydrol;
- darparu gwyntyll, mwy o awyru a chyfleusterau gorffwys.

Yn ogystal, mae'n ofynnol i'r cyflogwr ddarparu mynediad hawdd at ddwr yfed a dylai ystyried llacio unrhyw god gwisg ffurfiol.



029 2054 6080  
E-bost: [rc-wales-cymru@mail.nasuwat.org.uk](mailto:rc-wales-cymru@mail.nasuwat.org.uk)  
Gwefan: [www.nasuwat.org.uk](http://www.nasuwat.org.uk)