



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 hygyrch 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 dymhereddau uchel yn ystod oriau poethaf y dydd.

Mae ystafelloedd dosbarth sy'n rhy boeth nid yn unig yn anghyfforddus, maent hefyd yn beryglus i iechyd a diogelwch, oherwydd gall gormod o wres waethygu cyflyrau meddygol. Mae nifer o astudiaethau wedi dangos bod gormod o wres mewn ystafelloedd dosbarth yn effeithio ar ddysgu'r disgyblion hefyd, gyda chynnydd o 1°C mewn tymheredd yn gysylltiedig â dirywiad o 2% yn y dysgu. Mae effeithiau tymhereddau sy'n rhy uchel yn fwy trawiadol fyth pan ystyriwn fod pob diwrnod ysgol ychwanegol sydd â thymheredd yn y 30au (°C) yn gostwng cyflawniad disgyblion o chweched ran o ganran mewn gwerth blwyddyn o ddysgu. Yn ogystal, mae disgyblion difreintiedig yn dioddef hyd at dair gwaith yn fwy o'r tymhereddau eithafol na disgyblion eraill (Goodman, J., Hurwitz, M., Park, J. a Smith, J. (2018). *Heat and Learning*. Bivro Ymchwil Economaidd Cenedlaethol yr UDA).

Er nad oes cyfyngiad uchaf cyfreithiol ar dymhereddau gweithio yn y DU, mae Sefydliad Iechyd y Byd yn argymhell 24°C fel y tymheredd uchaf. Mae deddfwriaeth y DU yn gofyn bod tymhereddau gweithio'n rhesymol, ac mae dyletswydd ar y cyflogwr i gymryd unrhyw gamau gweithredu sy'n rhesymol o ymarferol i gyflawni hynny. Mae rhagor o fanylion isod.

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

Y Gyfraith

O dan y Ddeddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith mae'n ofynnol i gyflogwyr 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 gofyn hyn:

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

Parhad dros y ddalen

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

Efallai y bydd angen darparu sgrinio meddygol neu oruchwylio iechyd unrhyw staff sydd â gofynion arbennig, fel beichiogrwydd, salwch ac anabledau penodol, ac a allai fod yn cymryd meddyginiaeth neu sy'n gweithio mewn amgylcheddau y mae'n hysbys eu bod yn arbennig o oer/dwym. 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.

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

- inswleiddio pibellau neu beiriannau poeth;
- darparu systemau oeri;
- cysgodi ffenestri;
- lleoli gweithfannau draw oddi wrth fannau sy'n agored i wres pelydrol;
- darparu gwyntyllau, mwy o awyru a chyfleusterau gorffwys.

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



029 2054 6080
E-bost: rc-wales-cymru@mail.nasuwat.org.uk
Gwefan: www.nasuwat.org.uk