Ymateb cymunedol i COVID-19 – galluogi ymarfer diogel ac effeithiol

Ysgrifennwyd y canllaw hwn i helpu i gefnogi ac arwain yr ymateb cymunedol anhygoel i gefnogi eraill yn sgil Covid-19.

Mae wedi'i anelu at bobl sy'n dymuno gwirfoddoli, pobl sy'n gwirfoddoli ar hyn o bryd a chydlynwyr gwirfoddolwyr sy'n ymateb i angen cymunedol yn ystod yr argyfwng coronafeirws.

Mae'n cynnwys:

- Rhagarweiniad - beth i feddwl amdano, a ble i gael cymorth
- Gwirfoddoli – faswn i'n gallu? ddylwn i wneud? a sut?
- Dewisiadau gwirfoddoli – ffynonellau gwybodaeth a chyfleoedd
- Dechrau gweithredoedd cymunedol newydd – canllaw a deg o gynghorion da
- Pethau i'w gwneud ac i beidio â'u gwneud – i gydlynu'n dda ac yn ddiogel
- Canllawiau ar gyfer diogelu - i helpu i gadw pawb yn ddiogel
- Arweiniad i'r bobl a fydd yn cael y budd - i'w cadw eu hunain yn ddiogel
- Rheoli gwirfoddolwyr a'u hymddygiad – i'w 'rheoli' o bell

- Adleoli'r gweithlu gwirfoddol - 'ail-siapio' yr hyn a wnawn, a sut
- Trafodion ariannol – atal camdriniaeth, twyll a lladrad
- Awgrymu cyfleoedd i wirfoddoli – gyda manylion defnyddiol
- Atgoffa am wiriadau DBS – beth sydd wedi newid, a beth sydd heb newid
- Adnoddau defnyddiol eraill - detholiad o ddolenni defnyddiol

Gobeithio y bydd y canllaw hwn yn fuddiol. Byddwn ni'n diweddaru'r wybodaeth fel y bo angen wrth i bethau newid, ac i ymateb i'ch anghenion chi. Rhowch wybod sut gallwn ni eich helpu: safeguarding@wcva.cymru.

CYFLWYNIAD

Mae pawb ohonom yn awyddus i fanteisio ar ewyllys da a dyfeisgarwch cymunedau a gweithgareddau cymunedol er mwyn gofalu am y rhai mwyaf agored i niwed dan gysgod coronafeirws.

Ond mae angen i ni bwyllo a cheisio creu dulliau a systemau diogel sy'n amddiffyn pawb: pobl y gallai COVID-19 fod yn beryglus iddynt a phobl sy'n darparu'r gwasanaethau (darllenwch Edrych ar ôl ein gilydd - Cymru). Mae angen i ni hefyd fod yn ymwybodol o fygythiadau confensiynol i ddiogelwch, a'r cyfleoedd a allai godi yn sgil yr argyfwng presennol ar gyfer cam-drin ariannol (sgamiau, twyll, dwyn), niwed emosiynol, esgeuluso, arferion gofal gwael, cam-drin domestig a phob math arall o gam-drin.

Beth bynnag yw'r amgylchiadau, dylid rhoi pwyslais ar geisio sicrhau bod cyn lleied ag sy'n bosibl o gyswllt rhwng y rhai sydd â'r risg fwyaf o fynd yn ddifrifol wael ac unrhyw un a allai drosglwyddo'r feirws iddynt. Mae'n hanfodol bod buddiolwyr, gwirfoddolwyr a mudiadau'n gallu defnyddio'r dechnoleg ddiweddaraf i gyfathrebu, cydlynu a chydweithredu o bell.

Mae'r cyfryngau cymdeithasol yn arf pwerus er mwyn ysgogi gwirfoddolwyr, ond os nad oes strwythur priodol, gallai gweithgaredd sy'n seiliedig ar ewyllys da fod yn aneffeithiol os nad yn beryglus. Rhan o'n gwaith ni yw annog unigolion i ddefnyddio'r dulliau niferus o gydlynu a chefnogi gweithgaredd gwirfoddol sy'n bodoli'n barod.

Mae'r rhain yn cynnwys:

- y Cynghorau Gwirfoddol Sirol sy'n ffurfio rhwydwaith Cefnogi Trydydd Sector Cymru
- cronfa ddata Gwirfoddoli Cymru o gyfleoedd i wirfoddoli

GWIRFODDOLI – FYDDWN I'N GALLU GWIRFODDOLI? DDYLWN I? A SUT?

Iechyd yn gyntaf

Gall unrhyw un wirfoddoli, ond mae'r canllawiau presennol ar gyfer ymateb i'r coronafeirws yn nodi na ddylai'r bobl sy'n wynebu'r risg fwyaf (merched beichiog, pobl dros 70 oed a phobl sydd â chyflyrau iechyd hirdymor eraill) wneud gwaith gwirfoddol a allai gynyddu eu risg o gael eu heintio, neu o

drosglwyddo'r feirws i bobl eraill a allai fod mewn perygl. Os oes rhywun dan 18 oed yn dymuno gwirfoddoli, cysylltwch â'ch Cyngor Gwirfoddol Sirol lleol i gael rhagor o ganllawiau.

Meddyliwch am rolau di-gyswllt y gellir eu cyflawni o bell, gan ddefnyddio ffonau, negeseuon ebost, *Facetime* ac yn y blaen. Mae'r rolau hyn yr un mor bwysig â llawer o rai eraill er mwyn atal unigrwydd a sicrhau nad yw pobl yn teimlo eu bod ar eu pen eu hunain.

Gall pobl a ddylai fod yn hunanynysu oherwydd y posibilrwydd bod ganddynt haint, neu oherwydd bod risg iddynt gael eu heintio, hefyd gyflawni'r rolau hyn o bell, cyn belled eu bod yn teimlo'n ddigon da, ond rhaid iddynt **beidio** â gadael eu cartrefi i wirfoddoli.

OPSIYNAU GWIRFODDOLI

Helpu ein gilydd/cylchoedd cymunedol

Mae llawer o gymdogion eisoes wedi dechrau helpu a chefnogi ei gilydd yn lleol. Fel arfer, mae'r bobl sy'n gwneud hyn yn adnabod ei gilydd yn barod, i ryw raddau. Ni ddylai neb gael ei roi dan bwysau i wirfoddoli (a dylid annog unrhyw un sy'n teimlo'n anghyfforddus mewn unrhyw ffordd neu sy'n teimlo dan fygythiad i ffonio'r Cyngor Gwirfoddol Sirol neu'r Heddlu).

Gall dosbarthu cardiau post neu daflenni drwy flychau postio ailgyflwyno cymdogion i'w gilydd ac awgrymu sut y gallent helpu a chefnogi ei gilydd: cadw mewn cysylltiad drwy alwadau ffôn, gadael neges ar stepen y drws, ac yn y blaen, tra'n cadw pellter cymdeithasol: Iechyd Cyhoeddus Cymru – cyngor ar hunanynysu rhag coronafeirws/COVID-19.

Yn ddelfrydol, dylai pobl sefyll o leiaf 2 fetr oddi wrth ei gilydd a dylai'r ymwelydd wisgo masg wyneb neu sgarff dros ei drwyn a'i geg, a gwisgo menig os yw'n cario eitemau sydd i'w gadael i'r cymydog. Ni ddylid pentyrru cardiau a thaflenni. Dylid eu storio mewn bagiau plastig wedi'u selio.

Edrychwch ar eich cyfryngau cymdeithasol, er enghraifft **WhatsApp**, **Nextdoor** a **Facebook** i weld manylion grwpiau lleol ac yn y blaen, a chael rhagor o wybodaeth.

Ymuno â mudiad gwirfoddoli sy'n bodoli'n barod

Defnyddiwch eich Cyngor Gwirfoddol Sirol lleol neu Gwirfoddoli Cymru i chwilio am gyfleoedd i gofrestru i wneud gwaith gwirfoddol penodol gyda mudiad lleol.

Dylai gwirfoddolwyr ddisgwyl gweld rhyw fath o broses ymgeisio ac mae'n bosibl y gofynnir iddynt dderbyn cod ymddygiad y mudiad.

Efallai y bydd angen gwiriad gan yr heddlu ar gyfer rhai rolau gwirfoddoli. **Mae'n bosibl** y gofynnir i bob gwirfoddolwr a oes ganddo ef neu hi euogfarnau heb eu disbyddu (rhai lle nad yw'r cyfnod adsefydlu wedi dod i ben eto (gweler Unlock). Mae hyn yr un fath â gwiriad DBS sylfaenol a'r cyfan y mae angen i chi ei wneud yw llenwi a llofnodi ffurflen syml.

Efallai y bydd angen gwiriadau DBS manylach ar gyfer rolau eraill.

Mae hyn yn llai tebygol yn y cyd-destun presennol, gan fod gwiriadau o'r fath ar gyfer rolau lle ceir cysylltiad â'r bobl sy'n wynebu'r risg fwyaf yng nghyswllt materion diogelu confensiynol. Dylai'r angen am wiriadau DBS manylach fod wedi'i nodi'n glir ar y disgrifiad o'r cyfle.

Dechrau gweithgaredd cymunedol newydd

Mae ymatebion cymunedol i COVID-19 yn digwydd yn gyflym mewn llawer o wahanol ffyrdd. Rydym yn croesawu ac yn canmol ein cymunedau am eu haelioni a'u parodrwydd i helpu pobl eraill. Rydym hefyd yn eu hannog i sefydlu systemau a phrosesau er mwyn diogelu buddiolwyr a gwirfoddolwyr rhag niwed a rhag cael eu cam-drin.

Mae'r canllawiau isod ar gyfer trefnwyr grwpiau newydd sydd yn y broses o ddechrau darparu gwasanaethau lleol gyda gwirfoddolwyr, ac ar gyfer grwpiau sy'n bodoli'n barod ac sy'n dymuno ehangu eu gweithgaredd gwirfoddoli mewn ymateb i'r coronafeirws.

Beth bynnag yw'r amgylchiadau, dylid rhoi pwyslais ar geisio sicrhau bod cyn lleied ag sy'n bosibl o gyswllt rhwng y rhai sydd â'r risg fwyaf o fynd yn ddifrifol wael ac unrhyw un a allai drosglwyddo'r feirws iddynt.

DEG AWGRYM GWYCH I'CH HELPU I GYCHWYN PETHAU.

Darllenwch ein canllawiau ar wefan Cefnogi Trydydd Sector Cymru i gael rhagor o fanylion am bob un o'r pwyntiau hyn:

1. Dylai arweinwyr grwpiau roi eu manylion cyswllt i'r buddiolwyr (y bobl y byddwch yn eu helpu) a disgrifiad o'r gwasanaethau y bwriedir eu cynnig

2. Dylai arweinwyr grwpiau greu disgrifiadau o rolau gwirfoddolwyr. Dylai'r disgrifiadau hyn nodi a oes angen gwiriadau DBS (Edrychwch ar ein gwefan neu anfonwch ebost i safeguarding@wcva.cymru i gael cyngor)

3. Dylai'r gwasanaeth greu system glir a fydd yn galluogi'r buddiolwyr i roi gwybod i wirfoddolwyr bod arnynt angen help: dylid hysbysu gwirfoddolwyr beth i'w wneud nesaf – galw'r gwasanaethau brys fel arfer: PEIDIO â mynd i mewn i'r tŷ

4. Dylai arweinwyr grwpiau sicrhau bod gwirfoddolwyr yn gallu cysylltu'n rhwydd â chydlynydd sydd wedi'i enwi

5. Rhaid i wirfoddolwyr wybod y dylent gysylltu â'r Cydlynydd os ydynt yn poeni am unrhyw beth, a dylai'r Cydlynydd gael rhestr o fanylion cyswllt er mwyn cyfeirio gwybodaeth atynt, e.e. yr heddlu a'r gwasanaethau cymdeithasol

6. Dylai gwirfoddolwyr ddilyn holl ganllawiau Iechyd Cyhoeddus Cymru ynglŷn â COVID-19 a dylent hefyd ddilyn y mesurau diogelwch

7. Rhaid rheoli trafodion ariannol yn ofalus a pheidio â chyfnewid arian parod (defnyddiwch ddulliau ar-lein e.e. trosglwyddiad banc, PayPal). Mae dulliau lle nad oes angen cyfnewid arian yn haws i'w holrhain ac mae unigolion yn llai agored i gael eu cam-drin.

8. Ni ddylai buddiolwyr gael eu gorfodi i wneud unrhyw daliad. Dylid eu hannog i gysylltu â'u Cyngor Gwirfoddol Sirol (gweler isod) neu'r Heddlu os ydynt yn teimlo'n anghyfforddus mewn unrhyw ffordd, neu os ydynt yn teimlo eu bod yn cael eu bygwth

9. Dylai gwirfoddolwyr sicrhau bod ganddynt ffordd glir o gadarnhau pwy ydyn nhw wrth gyfathrebu â buddiolwyr

10. Os yw'n bosibl, defnyddiwch y gweithlu gwirfoddol sy'n bodoli'n barod, e.e. gyrwyr cymunedol a chyfeillachwyr (pobl sy'n gwirfoddoli i fod yn ffrindiau), neu weithwyr gwasanaethau cyhoeddus sydd eisiau gwirfoddoli. Mae'n bosibl y byddant eisoes wedi cael hyfforddiant a phrofiad perthnasol o arferion gweithio diogel a bod ganddynt dystysgrif DBS gyfredol.

CEFNOGAETH

Cysylltwch â'ch Cyngor Gwirfoddol Sirol i gael cefnogaeth a chanllawiau ar drefnu gweithgareddau gwirfoddoli.

PETHAU I'W GWNEUD A PHETHAU I BEIDIO Â'U GWNEUD

Paratoi

Os yw'n bosibl:

PETHAU I'W GWNEUD

- Gwybod gyda phwy y byddwch yn gweithio (y buddiolwyr)
- Gwneud yn siŵr eu bod nhw'n gwybod pwy ydych chi (neu'r grŵp)
- Darparu 'canllaw i'r gwasanaeth' gan nodi beth y byddwch yn ei wneud a sut
- Darparu manylion ar gyfer cysylltu â'r person sydd wedi'i enwi (cydlynydd) (rhif ffôn symudol ac ebost)
- Defnyddio eich gwefan neu eich tudalen Facebook, ac yn y blaen.

Cyfathrebu

PETHAU I'W GWNEUD

- Dywedwch wrth bob un o'ch buddiolwyr fod angen iddynt fod yn fwy ymwybodol nag arfer o faterion diogelwch
- Rhowch gardiau adnabod i'ch gwirfoddolwyr. Yn ddelfrydol, dylai'r cardiau adnabod fod â llun o'r gwirfoddolwr, a dylent fod mewn fformat mawr
- Gwnewch yn siŵr bod y gwirfoddolwyr yn gwybod bod angen defnyddio'r cerdyn adnabod bob tro y maent yn mynd i weld rhywun

- Cadwch yr wybodaeth i'r gwirfoddolwyr yn gryno – dim mwy na'r hyn y mae angen iddyn nhw ei wybod er mwyn cyflawni eu tasgau
- Gofynnwch i bob gwirfoddolwr lofnodi cod ymddygiad a chydymffurfio â'r cod hwn bob amser
- Anfonwch unrhyw wybodaeth sy'n awgrymu bod buddiolwyr mewn perygl at yr awdurdodau
- Gwnewch yn siŵr bod y gwirfoddolwyr yn gwybod NA DDYLENT WIRFODDOLI os nad ydynt yn teimlo'n dda

PETHAU I BEIDIO Â'U GWNEUD

- Peidiwch â defnyddio gwirfoddolwr os oes gennych bryder neu os ydych yn clywed cwynion am ei ymddygiad. Gofynnwch iddo ef neu hi roi'r gorau i wirfoddoli a dychwelyd neu ddinistrio'r cerdyn adnabod
- Peidiwch â gofyn am arian parod os oes ffordd arall o dalu
- Peidiwch â chaniatáu/disgwyl i rywun sydd â symptomau coronafeirws weithio
- Peidiwch ag anwybyddu cartref lle does neb yn ymateb
- Peidiwch â gofyn am wiriadau DBS ar gyfer rolau lle nad yw hynny'n gymwys (ddim yn gyfreithlon)

CANLLAWIAU DIOGELU

Tynnu sylw at yr angen am help

Byddai'r Heddlu'n atgoffa pawb nad yw'n syniad doeth i rywun ddweud wrth y byd a'r betws ei fod mewn perygl, ond yn y sefyllfa sydd ohoni efallai y bydd angen ffordd hawdd i rywun allu dweud 'Dw i'n ddifrifol wael neu dydw i ddim yn gallu ymdopi'. Gorau oll, bob amser, os gellir anfon y neges hon at un person, er enghraifft neges destun (wag) at y cydlynydd neu aelod o'r teulu, ond efallai na fydd hyn yn bosibl bob amser.

Os bydd unrhyw arwydd yn cael ei ddefnyddio er mwyn gofyn am help, dylai'r arwydd fod wedi'i gytuno rhwng yr unigolyn yn y cartref a'r gwasanaeth, a neb arall. Pan fydd gwirfoddolwyr yn sylwi ar yr arwydd, dylent gysylltu â'u cydlynydd. NI DDYLENT fynd i mewn i'r tŷ.

Dylai'r cydlynydd ffonio'r tŷ neu'r unigolyn a enwebwyd a threfnu bod y gwirfoddolwr yn ffonio os oes angen. Os na fydd rhywun yn ateb/cadarnhau, ffoniwch y gwasanaethau brys.

Canllawiau i fuddiolwyr

Atgoffwch eich buddiolwyr na ddylid disgwyl iddynt agor y drws i neb os nad oes rheswm da dros wneud hynny, a hyd yn oed wedyn, dim ond pan mae'r unigolyn yn sefyll bellter penodol i fwrdd fel sy'n cael ei argymell yng nghanllawiau Iechyd Cyhoeddus Cymru ar COVID-19 a chadw pellter cymdeithasol.

Dylid bod yn ofalus iawn wrth ddefnyddio cerdyn post 'Eisiau Help' (e.e. cymorth diogel) . Dim ond yng ngolau dydd y dylid arddangos y cerdyn post a dylai gael ei dynnu i lawr cyn gynted ag y bydd trefniadau wedi'u gwneud i gael help. Dylai unrhyw un sy'n poeni am ddieithryn sydd yn ei gartref, neu'n agos at ei gartref, nad yw'n ei adnabod neu'n gwybod pwy ydyw, neu nad yw'n dangos cerdyn adnabod clir, gysylltu â'r cydlynydd neu'r Heddlu.

Mae angen bod yn ofalus iawn wrth gyffwrdd unrhyw eitemau sy'n cael eu danfon at y drws. Rhowch y deunydd pacio allanol yn y bin a golchwch eich dwylo'n drwyadl ar ôl cyffwrdd y nwyddau.

Rheoli gwirfoddolwyr a'u hymddygiad

Rhowch gerdyn adnabod i'ch gwirfoddolwyr, neu ddull arall o brofi pwy ydyn nhw. Yn ddelfrydol, dylai'r cerdyn adnabod fod â llun o'r unigolyn arno, a dylai fod mewn fformat mawr a chlir, fel bod modd ei ddal yn erbyn ffenestr a dangos i'r sawl sydd yn y tŷ bod y gwirfoddolwr yn rhan o'ch grŵp. Dylid rhoi rhif ffôn y cydlynydd ar y cerdyn mewn print bras.

Gwnewch yn siŵr nad yw'r gwirfoddolwyr yn cael mwy o wybodaeth am y buddiolwyr nag y mae arnynt ei hangen er mwyn cyflawni eu rôl. Gallai cyfeiriad a rhif ffôn y buddiolwr fod yn ddigon, (ond gallai hyd yn oed yr wybodaeth hon gael ei chamddefnyddio). Gwnewch yn siŵr bod pob gwirfoddolwr, y rhai adnabyddus ac yn enwedig y rhai sy'n newydd i'ch grŵp, yn gwybod beth yn union a ddisgwylir ganddynt: tasgau, ymddygiad, parchu

unrhyw wybodaeth a roddir iddynt neu unrhyw beth y maent yn dod i'w wybod.

Efallai y gwelwch eich bod yn cael mwy o wybodaeth am eich buddiolwyr wrth i amser fynd rhagddo. Anogwch eich gwirfoddolwyr i rannu gwybodaeth ffeithiol ac unrhyw bryderon sydd ganddynt am y buddiolwyr gyda'r cydlynydd. Gall y cydlynydd gofnodi'r wybodaeth a gweithredu fel y bo'n briodol. Gallai hyn eich helpu chi i ymateb yn briodol mewn argyfwng.

Os oes gennych bryderon ynglŷn â'r ffordd y mae unrhyw wirfoddolwr yn cyflawni ei dasgau, mae gennych hawl i ofyn iddo ef neu hi roi'r gorau i wirfoddoli, newid tasgau, neu roi gwybod i'r heddlu os yw'n bosibl bod y gwirfoddolwr dan sylw'n cyflawni trosedd, neu i'r gwasanaethau cymdeithasol os oes risg i ddiogelwch unigolyn neu bosibilrwydd ei fod yn cael ei gam-drin. Gofynnwch i'r gwirfoddolwr ddychwelyd ei gerdyn adnabod yn y post neu ei ddinistrio. Cofnodwch y pryderon a phob cam rydych wedi'i gymryd mewn ymateb i hyn.

> **Rhowch neges glir iawn: Os bydd gwirfoddolwr yn dechrau teimlo'n sâl (gwres, peswch ac ati) cyn cyflawni ei ddyletswyddau, neu wrth iddo eu cyflawni, dylai ddweud wrth y cydlynydd ar unwaith, a rhoi'r gorau i beth bynnag y mae'n ei wneud.**

Adleoli'r gweithlu o wirfoddolwyr

Os yw'n bosibl, ceisiwch adleoli'r gweithlu o wirfoddolwyr y gwyddoch amdanynt i gyflawni gweithgaredd y mae galw amdano oherwydd y sefyllfa bresennol. Efallai y bydd gan yrwyr cymunedol lai o bobl i'w cludo i apwyntiadau iechyd, ond y gallent helpu drwy gludo pobl adref o'r ysbyty. Efallai na fydd cyfeillachwyr yn gallu cyfarfod mewn caffi am baned o de, ond y gallent ddarparu gwasanaeth yn y gymdogaeth (dros y ffôn neu drwy guro ar ddrysau) a gwneud galwadau ffôn neu alwadau fideo rheolaidd i wneud yn siŵr nad oes neb yn cael ei esgeuluso neu'n teimlo ei fod wedi cael ei anghofio.

Byddai hyn yn golygu y dylai eu gwiriadau DBS presennol, os oes rhai wedi'u gwneud, fod yn gymwys ar gyfer y rôl newydd fel gwirfoddolwr. Mae canllawiau ar gyfer y gweithlu gofal cymdeithasol presennol i'w cael gan

Gofal Cymdeithasol Cymru – Coronafeirws a'n gwaith: yr hyn y mae angen i chi ei wybod.

Mae rhai o'r rolau sy'n cael eu hawgrymu ar gyfer gwirfoddolwyr wedi'u hamlinellu isod.

Trafodion ariannol

Un o'r prif bryderon fydd sut mae cael cyflenwadau i gartrefi sy'n ynysu eu hunain. Bydd rhaid talu am y nwyddau hyn, a gallai hyn olygu y bydd rhai mudiadau'n talu ymlaen llaw am y nwyddau ac yn gofyn i'r unigolyn dalu iddyn nhw wedyn, neu y byddant yn gofyn am daliad ymlaen llaw gan yr unigolyn ar gyfer y gost debygol.

Er mwyn osgoi cyfleoedd posibl ar gyfer cam-drin ariannol, dwyn ac ati, os yw'n bosibl dylai'r taliadau hyn gael eu gwneud drwy systemau cyfnewid electronig, trosglwyddiadau banc, taliadau dros y ffôn â cherdyn ac yn y blaen, er mwyn sicrhau bod modd eu holrhain a'u bod yn cael eu cadw ar wahân i'r weithred o ddanfon nwyddau. Dylid osgoi cyfnewid arian (er mwyn lleihau cyfleoedd i ddwyn a lleihau'r siawns y bydd pobl yn cael eu heintio).

Er mwyn creu tystiolaeth o bryniant, costau a danfon, gall y gwirfoddolwr ddefnyddio ei ffôn symudol i dynnu llun o'r nwyddau ac ati a'u rhannu â'r cartref a'r sefydliad. Os yw'r unigolyn yn ddryslyd neu os nad yw'n gallu defnyddio ei ffôn i wneud hyn, gellid anfon negeseuon testun at aelod enwebedig o'r teulu a rhoi llun ynghlwm wrth y neges.

ROLAU SY'N CAEL EU HAWGRYMU AR GYFER GWIRFODDOLWYR

Rhywun sy'n gwirfoddoli i siopa

DIM cyswllt â'r person sydd mewn perygl

Cymwys: gwiriad DBS sylfaenol

(euogfarnau heb eu disbyddu yn unig)

Nid yw hyn yn ofyniad gorfodol

- Golchi dwylo/defnyddio glanweithydd cyn ac ar ôl pob set o neges
- Dilyn rhestr benodol o eitemau (wedi'i hargraffu ymlaen llaw â nwyddau hanfodol i'w ticio, neu restr agored, yn nhrefn blaenoriaeth, â dewisiadau eraill priodol neu ddim, gan bennu uchafswm cost)

- Tynnu llun o'r dderbynneb a rhoi'r gwreiddiol gyda'r eitemau
- Sicrhau bod eitemau'n cael eu danfon yn fuan

Rhywun sy'n gwirfoddoli i ddanfon

DIM cyswllt â'r person sydd mewn perygl

Cymwys: gwiriad DBS sylfaenol

(euogfarnau heb eu disbyddu yn unig)

Nid yw hyn yn ofyniad gorfodol

Gwiriadau moduro, trwydded, MOT, ac ati)

- Golchi dwylo/defnyddio glanweithydd yn aml/gwisgo menig
- Rhoi eitemau mewn man y cytunwyd arno ymlaen llaw yn y cartref (byddai cyntedd yn ddelfrydol)
- Tynnu llun o'r eitemau yn eu lle
- Rhoi gwybod i'r cartref bod yr eitemau wedi'u danfon
- Camu'n ôl i bellter rhesymol (o leiaf 2 fetr) er mwyn sicrhau bod rhywun yn ymateb i'r neges
- Ffonio'r cydlynydd os nad oes ymateb

Os oes angen cario eitemau i mewn i'r tŷ, dylid trefnu hyn ymlaen llaw.

- Yr unigolyn yn agor y drws agosaf at y gegin, er enghraifft, yna'n camu'n ôl.
- Y gwirfoddolwr yn gwisgo masg wyneb/sgarff a defnyddio hylif diheintio dwylo neu wisgo menig cyn mynd i mewn i'r tŷ. Rhaid cadw pellter cymdeithasol.
- Y gwirfoddolwr yn rhoi'r eitemau yn y gegin heb gyffwrdd dim byd arall
- Dweud wrth yr unigolyn ei fod yn gadael, yna gadael

Rolau yn ymwneud â thasgau lle mae angen mynd i mewn i'r tŷ, ond nid at ddibenion gofal

e.e. os oes dŵr yn gollwng, i fynd â'r ci am dro

Pellter cymdeithasol oddi wrth yr unigolyn sydd mewn perygl

Cymwys: gwiriad DBS sylfaenol

(euogfarnau heb eu disbyddu yn unig)

Nid yw hyn yn ofyniad gorfodol

Cymhwysedd/profiad perthnasol ar gyfer tasgau

- Rhoi gwybod i'r unigolyn bod y gwirfoddolwr wedi cyrraedd, defnyddio diheintydd dwylo a gwisgo masg wyneb/sgarff (menig, oferôls ac ati, os yw hynny'n gymwys)
- Mynd i mewn i'r tŷ gan ddefnyddio'r fynedfa agosaf at y cyfarpar angenrheidiol
- Cadw pellter cymdeithasol oddi wrth bob un o'r trigolion
- Yr unigolyn yn mynd i ystafell arall
- Defnyddio'r ffôn i gyfathrebu â'r unigolyn, a rhoi gwybod iddo pan fyddwch yn gadael
- Defnyddio hylif diheintio dwylo eto a chyn yr alwad nesaf

Rolau gofalu cymdeithasol

e.e. ymolchi, gwisgo, cymorth/anogaeth i fwyta, gofal iechyd o bob math

Bydd angen gwiriad DBS manwl bron bob amser a bydd angen gwirio rhestri gwahardd (oedolion/plant/gweithlu(oedd) fel sy'n briodol) yn unol â'r gyfraith

(oni bai fod y tasgau'n cael eu cyflawni gan aelod o'r teulu/ffrind fel gofalwr anffurfiol)

Cyswllt agos

Sgiliau cymhwysedd craidd ar gyfer gofal neu gymhwyster meddygol

Arfer gorau ar gyfer hylendid dwylo:

- Poster arfer gorau – rhwbio dwylo
- Poster arfer gorau – golchi dwylo

Gwisgwch gyfarpar diogelu personol (PPE) yn unol â'r canllawiau ar y tabl isod: Poster cyfarpar diogelu personol argymelledig – ystyriaethau ychwanegol COVID-19

Gweithwyr Gofal Cymdeithasol sy'n ymweld â phobl yn eu cartrefi eu hunain:

- Bydd angen iddynt wisgo menig a ffedogau untro a'r masg goroesi atal hylif (FRSM)
- Defnyddir y cyfarpar diogelu llygaid os yw tasgu'n debygol, er enghraifft, poeri/peswch yn wyneb y gofalwr
- Rhaid i staff ddiosg yr holl gyfarpar diogelu personol cyn gadael y tŷ. Hylendid dwylo fel y disgrifiwyd uchod

Gweithwyr Gofal Cymdeithasol sy'n ymweld â phobl risg uchel (y rheini sy'n dilyn canllawiau gwarchod) yn eu cartrefi eu hunain:

- Bydd angen iddynt wisgo menig a ffedogau untro a masg wyneb llawfeddygol (nid FRSM)
- Y nod yma yw diogelu'r unigolyn sy'n eithriadol o agored i niwed rhag y staff, oherwydd mae risg uchel y bydd yr unigolyn sy'n agored i niwed yn dioddef o salwch difrifol os bydd yn cael ei heintio

Os oes risg fod gan yr unigolyn agored i niwed hwn COVID-19, yna dylid gwisgo masg FRSM yn lle masg llawfeddygol.

Gweithwyr Gofal Cymdeithasol sy'n ymweld â phlant yn eu cartrefi eu hunain:

- Bydd angen iddynt wisgo menig untro, ffedogau ac FRSM
- Defnyddir y cyfarpar diogelu llygaid os yw tasgu'n debygol, er enghraifft, poeri/peswch yn wyneb y gofalwr
- Rhaid i staff ddiosg yr holl gyfarpar diogelu personol cyn gadael y tŷ
- Hylendid dwylo fel y disgrifiwyd uchod
- Gellir ailddefnyddio'r cyfarpar diogelu llygaid os nad yw'n nodi ei fod at ddefnydd untro. Gellir ei olchi gyda'r hancesi neu hylifau diheintio arferol a ddefnyddir yn y lleoliadau gofal cymdeithasol

Rhaid cyflawni'r holl ofal gofynnol yn ofalus iawn a chadw at y rheolau o ran cadw pellter cymdeithasol lle bynnag y bo'n bosibl.

GWIRIADAU DBS – I'CH ATGOFFA

- Byddant yn haws ac yn gyflymach os oes gan yr ymgeisydd drwydded yrru gyfredol a phasbort ac os yw'r broses yn defnyddio porth ar-lein (gan y darparwr)
- Defnyddio cynadleddau fideo i weld y dogfennau adnabod gyda'r ymgeisydd
- Hybu'r defnydd o Wasanaeth Diweddaru'r DBS ar gyfer unrhyw un sy'n cael gwiriad newydd (am ddim i wirfoddolwyr, £13 ar gyfer staff cyflogedig fel tanysgrifiad personol) a'i ddefnyddio ar gyfer gwiriad statws di-dâl os yw gwirfoddolwr wedi cofrestru'n barod
- **Dylech bob amser ofyn am gael gweld tystysgrif y gwiriad**, ac edrych am gynnwys ar y cefn. Defnyddio cyfleusterau cynadleddau fideo i weld yr ymgeisydd, ei basbort a'i dystysgrif DBS – pob adran

ADNODDAU DEFNYDDIOL

- Gweithdrefnau Diogelu Cymru (Gallwch lawrlwytho'r ap o Google Play ac Apple Store)
- Comisiwn Elusennau – Diogelu ac Amddiffyn Pobl
- Taflenni'r Gwasanaeth Datgelu a Gwahardd
- Gwirfoddoli Cymru
- Tudalennau gwirfoddoli CGGC
- Dod o hyd i'ch Cyngor Gwirfoddol Sirol lleol – Cefnogi Trydydd Sector Cymru

Ebrill 2020