Asesiad Risg

Enw'r Clwb/Cymdeithas:	Y Clwb Cwiditsh	**Enw'r Asesydd(wyr):**	Lucie Gwilt
Disgrifiad Byr o'r Gweithgarwch		**Lleoliad y weitharedd**	Sesiynau hyfforddi ar gae 3g Canolfan y Chwaraeon a digwyddiadau mewn amryw dafarndai yn dref Aberystwyth
Chwaraeon y mae dau dîm o saith chwaraewr ar gefn ysgub sy'n cael ei chwarae ar gae maint hoci. Mae yna tri heliwr, un ceidwad, a chwiliwr dau gurwr. Nod y gêm yw naill ai ennill gan sgorio y pwyntiau mwyaf gan fwrw'r cwaffl (y bêl) trwy'r cylch neu os mae'r chwiliwr yn llwyddo i ddal y snitsh. Fel clwb rydyn ni'n gwneud hyfforddiant bob wythnos, chwarae cystadlaethau unwaith y mis a hefyd yn mynd allan ar gyfer digwyddiadau cymdeithasol wythnosol.		**Dyddiad ac Amser Gweithgarwch:**	Sesiynau hyfforddi bob Mawrth 7-8yh a Dydd Sadwrn 3-4yh. Cynhelir cystadlaethau rhwng prifysgolion bob mis ar benwythnos a'u lleolir yn Birmingham. cynhelir digwyddiad cymdeithasol bob Mercher dechrau am 8yh.

Perygl:	**Pobl mewn Perygl:**	**Ffactor Risg:**	**Camau Rheoli Angenrheidiol:**	**Risgiau Sy'n Anodd Cael Gwared Arnynt:**
Rhestrwch beth gallai beri niwed o'r weithgaredd hon, defnyddiwch atodiad A i helpu adnabod risgiau	Rhestrwch bwy gallai gael ei niweidio ee Staff, myfyrwyr, ymwelwyr	Ar gyfer pob risg, penderfynwch lefel y risg fel petaech chi'n gwneud y gweithgaredd heb reolaeth	Ar gyfer pob risg, rhestrwch y camau y byddwch yn eu cymryd er mwyn lleihau'r risg a adnabyddir, ee penodi pobl gymwys, wedi cael eu hyfforddi, cynllunio a	Ar gyfer pob risg penderfynwch y risgiau sy'n anodd cael gwared arnynt ar ôl y camau rheoli lleoliad

		Difrifoldeb	Tebygrwydd	Risg		Difrifoldeb	Tebygrwydd	Risg
Dehydration	Myfyrwyr	3	3	39	Cyn unrhyw gweithgarwch, esboniwch i'r aelodau pwysigrwydd cadw hydrated. Dŵr ar gael am ddim ar y safle. Atgoffwch aelodau yn rheolaidd i wneud yn siŵr eu bod yn dod â photeli dŵr i hyfforddiant a chystadlaethau	3	1	3
Straen cyhyrau	Myfyrwyr	3	3	9	Sicrhewch fod yr holl aelodau sy'n mynychu yn deall pwysigrwydd ymestyn cyn ac ar ôl ymarfer corff. Gadewch amser i bawb dwymo'r corff cyn i'r weithgaredd ddechrau, a hefyd amser i ymlacio'r corff wedi'r gweithgarwch. Sicrhewch fod aelodau yn cael	3	2	6

					amser i orffwys lle bo angen. Mae'n rhaid i'r aelod pwyllgor sy'n gwybod cymorth cyntaf fod yn bresennol bob amser yn ogystal ag aelod Canolfan y Chwraeon wrth y dderbynfa.			
Risg Baglu	Myfyrwyr, Staff Canolfan y Chwaraeon	3	3	9	Sicrhewch fod unrhyw eitemau neu offer diangen wedi'u clirio cyn gadael unrhyw i'r ardal. Tra bod y gemau yn digwydd, mae'n rhaid i'r aelodau nad yw'n chwarae cadw draw oddi wrth yr ardal chwarae benodol. Sicrhewch fod yr holl aelodau yn ymwybodol o'r rheolau diogelwch, ac yn gwisgo esgidiau priodol.	3	2	6
Arwynebedd llithrig	Myfyrwyr	3	3	9	Cadwch olwg ar ragolygon y tywydd cyn sesiynau; gwnaiff Canolfan y Chwaraeon eu canslo os bydd yn beryglus Fodd bynnag, mae'r arwynebedd 3G fel arfer yn addas ymhob tywydd. Archwilio'r wyneb cyn y weithgaredd. Sicrhau bod yr holl aelodau yn gwisgo esgidiau priodol a dillad bob amser.	3	2	6
Blinder corfforol	myfyrwyr	3	3	9	Mae rhaid i aelodau pwyllgor gadw golwga ar gyflwr aelodau i sicrhau eu bod yn cymryd seibiannau digonol pan fo angen. Aelod hyfforddedig mewn cymorth cyntaf ymhob sesiwn, yn ogystal ag aelodau staff Canolfan y Chwaraeon wrth y dderbynfa.	2	2	4
Anaf gan gysylltiad Natur y gamp	Myfyrwyr	4	3	12	Rhaid sicrhau bod yr holl aelodau yn deall yn llawn y rheolau a'r angen am ddilyn y rheolau hyn. Rhaid i aelodau newydd gael hyfforddiant mewn taclo diogel, ac yn ystod sesiynau i aelodau perthnasol (ee tariannau ceg bob tro. Aelod hyfforddedig mewn cymorth cyntaf ymhob sesiwn, yn ogystal ag aelodau staff Canolfan y Chwaraeon wrth y dderbynfa.	3	2	6
Trin â llaw	Myfyrwyr	3	2	6	Neb ond aelodau pwyllgor hyfforddedig mewn (goals, bats, ball, etc). Mae'r storfa i'w chael yn agos i'r cae felly mae llai o amser cario. Rhaid i o leiaf 2 aelod pwyllgor gario yr offer er mwyn sicrhau nad yw neb yn cario gormod.	2	1	2
Trawiad gan rywbeth yn hedfan	Myfyrwyr, Staff Canolfan y Chwaraeon, gwylwyr	3	3	9	Rhaid i'r rheini na fydd yn chwarae gadw draw o'r ardal chwarae. Rhaid i'r holl aelodau sy'n cystadlu wisgo tarian ceg ac offer diogelu. Sicrhau bod y peli yn cael eu gwirio; hy eu bod yn saff i'w defnyddio, yn gywir eu maint, ac nad oes gormod o aer ynddynt.	2	2	4
Amgylchiadau oer	Myfyrwyr	3	3	9	Cyn sesiynau, rhowch wybod i'r aelodau i gyd am amgylchiadau tywydd posibl. Os yn oer, sicrhewch fod yr holl aelodau yn cael gwybod am wisgo'n addas gyda digon o haenau. Yn ystod sesiynau, rhaid cadw myfyrwyr i symud gyda	2	1	2

					llai o 'sefyllian' rhwng gweithgareddau.			
Llosg haul	Myfyrwyr	2	2	4	Annogwch fyfyrwyr i ddefnyddio eli haul os bydd angen. Sicrhewch fod eli haul wrth law os oes rhywun ei angen.	2	1	2
	Digwyddiadau cymdeithasol, ee crôl tafarn, nosweithiau ffilm, cyfarfodydd clwb							
Goryfed yfed	Myfyrwyr	4	4	16	Cyflwyno'r digwyddiad cymdeithasu gyda rheolau clir ynghylch yfed. Rhaid i'r holl aelodau pwyllgor sy'n bresennol gadw golwg rheolaidd ar yr holl aelodau i sicrhau nad ydynt yn yfed yn anghyfrifol. Os ydy'n ymddangos fod unrhyw aelodau yn rhy feddw; mae'n rhaid mynd â nhw gartref yn ddiogel neu eu rhoi mewn tacsi gan aelod pwyllgor arall.	2	3	6

Defnydd o Gyffuriau	Myfyrwyr	5	3	15	Sicrhewch fod yr holl aelodau yn ymwybodol o'r rheolau ar ddefnydd o gyffuriau; rhybuddiwch aelodau bod rhaid i unrhyw un sy'n cael ei ganfod yn cymryd cyffuriau mewn digwyddiad adael ar unwaith a chael ei wahardd rhag cymdeithasu.chael ei wahardd rhag cymdeithasu. Rhaid i'r pwyllgor gadw golwg ar aelodau i sicrhau nad oes neb yn cymryd cyffuriau.	2	2	4
Aelodau bregus mynd ar goll/gadael ar ôl	Myfyrwyr	3	3	9	Rhaid i'r ysgrifenydd cymdeithasol egluro'n glir y llwybr ar ddechrau'r digwyddiad, a hefyd ei roi yn y grŵps sgwrs fel bod pawb yn gallu ei weld. Rhaid i aelodau'r pwyllgor gyfri y niferoedd bob tro wrth adael/mynd i dafarn newydd i sicrhau nad oes neb yn cael ei adael ar ôl. Parwch aelodau â'i gilydd fel bod pawb mewn pâr o leiaf.	2	1	2
Trawiad gan gar	Myfyrwyr	5	2	10	Dylai'r ysgrifenydd cymdeithasol, wrth ddewis tafarndai, ystyried lleoliadau i sicrhau cyn lleied o amser yn croesi'r ffordd â phosib. Pan yn mynd o un lle i'r llall, gosodwch aelodau pwyllgor wrth wahanol ochrau o'r grŵp i sicrhau bod pawb yn ddiogel ac i ffwrdd oddi wrth fin y palmant. Pan yn croesi'r hewl, dylai aelodau pwyllgor dywys aelodau i'r ochr draw.	4	1	4
Ymosodiad corfforol	Myfyrwyr, aelodau'r y cyhoedd	4	2	8	Os oes arwydd o ymddygiad ymosodol neu fygythiol tuag at unrhyw caiff yr aelod ei rybuddio gan aelod pwyllgor yn esbonio iddynt nad yw eu hymddygiad yn dderbynniol. Ar yr ail achos, gofynnir iddynt adael a'u bod yn cael eu gwahardd rhag cymdeithasu. Os oes aelod o'r cyhoedd yn ymddwyn yn fygythiol gydag unrhyw aelodau clwb, rhaid rhoi gwybod i staff y lle ar unwaith a ffonio'r heddlu os bydd angen.	3	1	3
Rhywiol Aflonyddu/cam-drin	Myfyrwyr, aelodau'r y cyhoedd	5	2	10	Dylid rhoi y rheolau sylfaenol ar ddeall i'r holl aelodau cyn unrhyw ddigwyddiad, gan gynnwys rheolau ynghylch cydsyniad. Parwch aelodau â'i gilydd bob amser. Rhaid i aelodau pwyllgor gadw golwg ar aelodau a sicrhau bod pawb yn gyfforddus ac nad oes neb yn ymddwyn yn amhriodol. Os gwelir unrhyw aelodau neu aelodau'r cyhoedd yn aflonyddu neu gamdrin yn rhywiol aelod, rhowch wybod	4	1	4

					i staff neu ddiogelwch ar unwaith a ffonio'r heddlu os bydd angen.			
Peryglau baglu arwyneb llithrig	Myfyrwyr, aelodau'r cyhoedd	2	3	6	Archwiliwch fannau a wynebau'r lleoliad cyn ymgynnull. Sicrhewch fod yr holl aelodau yn ymwybodol o'r rheolau diogelwch, a'u bod yn gwisgo esgidiau addas. Gofynnwch i aelodau roi gwybod i aelodau'r pwyllgor yn syth am unrhyw golli diod; rhaid dweud wrth y staff iddynt lanhau/gosod arwydd llawr glwyb.	2	1	2
Llefydd swnllyd gorlawn	Myfyrwyr	3	3	9	Rhaid i'r pwyllgor gadw golwg yn rheolaidd ar yr holl aelodau i sicrhau nad oes neb yn teimlo'n anghyfforddus neu'n bryderus mewn llefydd swnllyd a phrysur. Os bydd unrhyw un yn dechrau dangos yr arwyddion hyn, rhaid tynnu'r aelod o'r sefyllfa gan gyd-aelod neu aelod pwyllgor dibynadwy i'w tawelu, ac os oes rhaid, symud y digwyddiad ymlaen i'r lle nesaf.	2	2	4
Amgylchedd oer	Myfyrwyr	3	3	6	Cyn y digwyddiad, soniwch wrth yr aelodaeth am amgylchiadau tywydd posibl. Os bydd yn oer (debyg o fod) sicrhewch fod yr holl aelodau yn gwybod gwisgo digon o haenau amdanynt. Cofiwch osgoi bod y tu allan am gyfnodau hir.	2	1	2

SAMPLE

Sŵn niwsans	Y Cyhoedd	2	3	6	Gwnewch yn siŵr fod yr aelodau yn parchu'r cyhoedd, yn enwedig pan yn cerdded o un lle i'r llall lle aiff y llwybr â nhw heibio tai Rhaid i aelodau pwyllgor atgoffa aelodau os ydynt yn rhy swnllyd.	2	1	2
Eitemau wedi'u torri/miniog ee gwydr wedi'i dorri	Myfyrwyr, aelodau'r cyhoedd	4	2	8	Rhaid i aelodau roi gwybod i'r pwyllgor am unrhyw dorri gwydr, fel bod staff y lle yn gallu cael gwybod ar unwaith. Nes fod y staff yn ei lanhau, rhaid i aelodau pwyllgor sicrhau bod aelodau yn gadael yr ardal a nad ydynt yn ceisio codi'r gwydr ar eu pen eu hunain. Mae'n rhaid adrodd ar unwaith unrhyw glwyfau neu anafiadau a geir; mae staff y lle i fod â mynediad at focs cymorth cyntaf neu i ffonio 999 os yw'n fwy difrifol.	3	1	3

Llofnod wyd:		**Dydd iad:**	13.05.2020	**Dyddiad Adolygu'r Asesiad Risg:** *(o leiaf 12 mis o ddyddiad y digwyddiad)*	13.05.2021

SAMPLE