



PRIFYSGOL
BANGOR
UNIVERSITY

Iechyd a Diogelwch



Adroddiad Blynyddol
2013

RHAGARWEINIAD

Mae adroddiad blynyddol Iechyd a Diogelwch 2013 yn rhoi gwybodaeth ystadegol ac atodol ar iechyd, diogelwch a lles. Lle bo modd mae perfformiad y brifysgol yn cael ei gymharu yn erbyn data cenedlaethol.

Hysbysiad Arbennig

Cafwyd digwyddiad trasig iawn yn yr Ysgol Gwyddorau Eigion yn 2013 pan gafodd aelod staff gwerthfawr ac uchel ei barch ddamwain angheuol. Adeg cyhoeddi'r adroddiad hwn mae'r ymchwiliad i'r ddamwain yn parhau.

Trosolwg

O ran ystadegau, gwelwyd gostyngiad yng nghyfradd y damweiniau cyffredinol a gostyngiad amlwg yn nifer yr achosion o ganu larymau tân heb fod argyfwng yn y brifysgol.

Gwelwyd cynnydd yn ystod y flwyddyn mewn gweithgareddau hybu a chefnogi iechyd gyda'r fenter Teithio'r Byd llwyddiannus iawn gyda dros 400 o staff yn cymryd rhan a theithiwyd 67,000 milltir trwy gerdded, nofio, cerdded a beicio.

Mae pwyslais mawr ar gefnogi staff gydag anghenion iechyd tymor hirach yn parhau ac mae negeseuon a mentrau hybu iechyd yn datblygu'n gyson. Mae Prifysgol Bangor yn parhau i fod ymysg nifer bychan o sefydliadau Addysg Uwch sydd â gwasanaeth cefnogi iechyd galwedigaethol gydag achrediad ansawdd gan Goleg Brenhinol y Ffisegwyr.

Cynhaliwyd nifer o archwiliadau ac adolygiadau thematig ffurfiol. Roedd y rhain yn canolbwyntio'n rhagweithiol ar feysydd risg fel ymbelydredd a chemegau, ac yn ymateb yn dilyn pryderon neu ymholiadau gan asiantaeth gorfodi i feysydd megis lle mae staff Bangor yn gweithio mewn sefydliadau cyflogi eraill.

Cafodd gwaith hyrwyddo iechyd a diogelwch y brifysgol i gyflogwyr rhanbarthol gydnabyddiaeth genedlaethol unwaith eto, gyda'r gynhadledd un dydd yn arbennig o lwyddiannus.

Cynllunio

Caiff cynllun iechyd a diogelwch diwygiedig ei ddatblygu yn ystod 2014, yn edrych ar gefnogi'r broses o gyflwyno strategaethau sefydliadau ac ystâd y brifysgol, ynghyd ag anghenion colegau ac adrannau. Bydd y cynllun hefyd yn edrych ar adlewyrchu datblygiadau a thueddiadau statudol a gorfodi, yn ogystal â pharhau i wella'r asesiad risg iechyd a diogelwch corfforaethol.

Gareth W. Jones

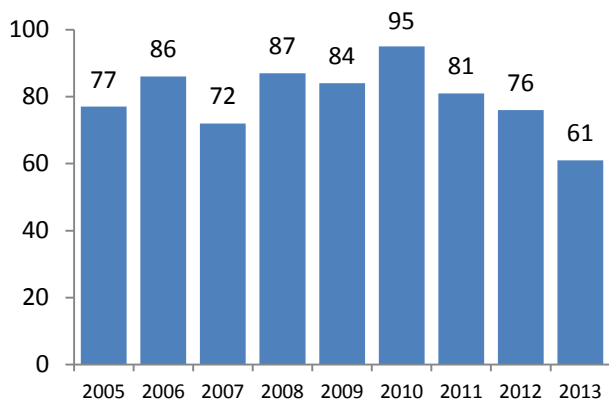
Pennaeth y Gwasanaethau Iechyd a Diogelwch

<u>MYNEGAI</u>	Tudalen
Damweiniau a Digwyddiadau	2
Absenoldeb Salwch Ymysg Staff	4
Gwiriadau ac Arolygu Iechyd	5
Tân	5
Camau Gorfodi ac Ymweliadau Statudol	6
Achosion Sifil i Hawlio lawndal (cysylltiedig ag Iechyd a Diogelwch)	7
Hyfforddiant a Datblygu Staff	7
Gwefan	7
Datblygu Polisiau a Dogfennau	7
Digwyddiadau Hybu Iechyd	8
Archwiliadau ac Adolygiadau	9
Tŷ Gobaith Charity	11
Grŵp Iechyd a Diogelwch Rhanbarthol	11

DAMWEINIAU A DIGWYDDIADAU

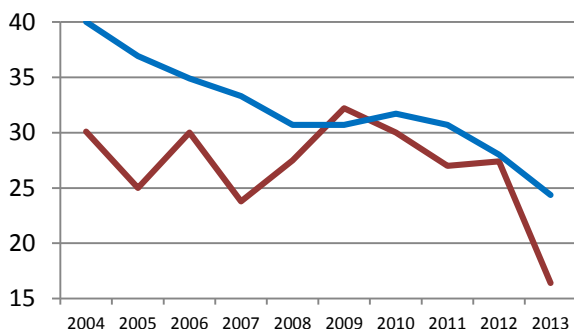
Gwelwyd gostyngiad yn 2013 o **76** i **61** yn nifer y damweiniau'n ymwneud â staff a myfyrwyr a achosodd anafiadau.

Cyfanswm Damweiniau



Er mwyn canfod cyfradd gymharol sy'n caniatáu ar gyfer yr amrywiad bob blwyddyn yn nifer y staff a myfyrwyr, defnyddir cymhareb o ddamweiniau "yn ôl pob mil mewn risg". Caiff hyn ei gymharu wedyn â Chyfartaledd Cenedlaethol y Sector Addysg Uwch.

Cyfraddau damweiniau cenedlaethol a Phrifysgol Bangor yn ôl cyfartaledd o 1000 o staff (2004 - 2013)



04	05	06	07	08	09	10	11	12	13
30.1	25	30	23.8	27.5	32.2	30	27	27.4	16.4
40	36.9	34.9	33.3	30.7	30.7	31.7	30.7	28	24.36

— Prifysgol Bangor
— Sector

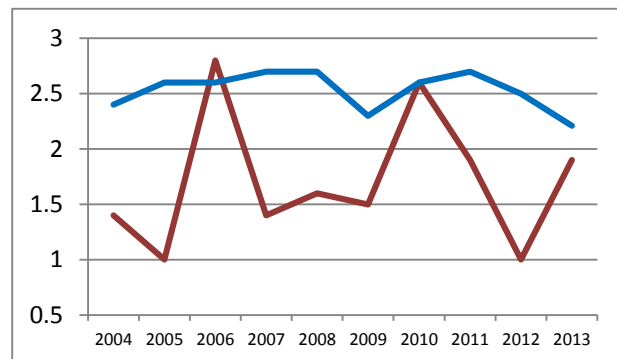
Cofnododd aelodau **staff** gyfanswm o **40** damwain (a achosodd anafiadau) yn 2013, cymhareb o **16.4** damwain y 1,000¹. Mae hyn yn ostyngiad o'r 27.4 damwain y 1000 a gofnodwyd yn 2012. Cofnododd y Sector² addysg uwch 24.36 damwain i bob 1,000

¹ Yn seiliedig ar 2437 aelod o staff yn ystod y flwyddyn

² Gwybodaeth a gasglwyd o 133 Prifysgolion / Sefydliadau

o staff yn 2013, gostyngiad ar y 28 a gofnodwyd yn 2012.

Cyfraddau damweiniau cenedlaethol a Phrifysgol Bangor yn ôl cyfartaledd o 1000 o fyfyrwyr (2004 - 2013)



04	05	06	07	08	09	10	11	12	13
1.4	1	2.8	1.4	1.6	1.5	2.6	1.9	1	2
2.4	2.6	2.6	2.7	2.7	2.3	2.6	2.7	2.5	2.21

— Prifysgol Bangor
— Sector

Bu **21** damwain a achosodd anaf (ddim yn cynnwys chwaraeon) i **fyfyrwyr** yn 2013, cyfradd damweiniau o **2** ddamwain y 1,000 o fyfyrwyr³, o gymharu â 1/1000 yn 2012.

Damweiniau a Digwyddiadau Adroddadwy

Cyfanswm y damweiniau yr oedd rhaid adrodd amdanynt i'r Awdurdod Gweithredol Iechyd a Diogelwch (HSE) yn 2013 oedd **5**, cynnydd o'r 2 a gofnodwyd yn 2012.

Roedd **3** damwain adroddadwy RIDDOR yn gysylltiedig â **staff**. Roedd dau o'r rhain yn ymwneud ag anafiadau dros 7 diwrnod lle nid oedd staff yn gwneud gwaith 'arferol'. Yn drist iawn, roedd y ddamwain arall yn gysylltiedig â marwolaeth.

Roedd y **2** ddigwyddiad adroddadwy arall yn gysylltiedig â myfyriwr oedd angen triniaeth yn yr ysbyty am grafiadau i'r wyneb ac i aelod o'r cyhoedd y bu'n rhaid ei gludo i'r ysbyty i gael archwiliad ar ôl i'r rheiliau lle'r oedd yn eistedd, ddymchwel.

Ar y cyfan, cafodd y sector addysg uwch ostyngiad bychan yn nifer y digwyddiadau adroddadwy i staff

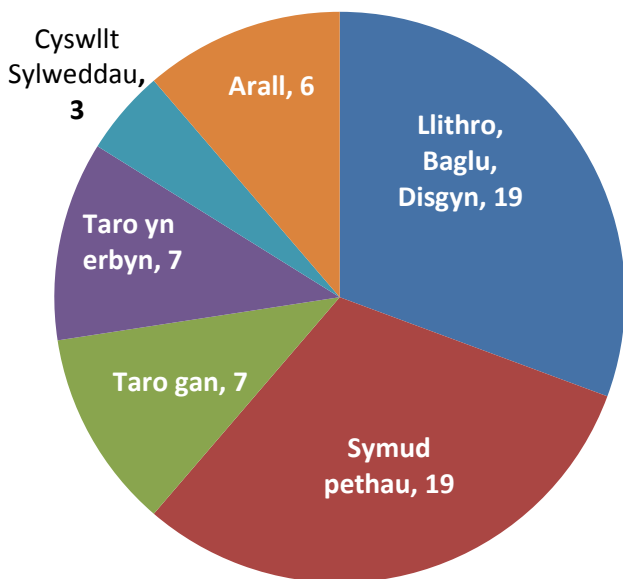
³ Yn seiliedig ar 10,496 Myfyrwyr yn ystod y flwyddyn

yn 2013, sef gostyngiad i **1.18/1000** o'r **1.59 y 1000** o staff yn 2012. Cyfradd Prifysgol Bangor oedd **1.2/1000**.

Gostyngodd y gyfradd genedlaethol myfyrwyr i **0.10 y 1000** yn 2013, o **0.14** yn 2012. Mae cymhareb damweiniau adroddadwy i fyfyrwyr Bangor yn cyfateb i **0.1** o ddigwyddiadau adroddadwy y 1000 o fyfyrwyr.

Achosion Damweiniau

Roedd y rhan fwyaf o'r 61 o ddamweiniau (a achosodd anaf) yn 2013 o ganlyniad i lithro, baglu neu syrthio (19 = 31%) neu drin a thrafod pethau (19 = 31%). Roedd y 23 digwyddiad arall yn cynnwys *pobl yn cael eu taro gan rywbeth symudol* (7), *neu fynd yn erbyn rhywbeth sefydlog* (7), *ac achosion o ddod i gysylltiad â sylweddau niweidiol* (3), *ac 'eraill' sy'n cynnwys, ymhlith pethau eraill cael brathiad gan anifail*.



Damweiniau a Digwyddiadau Eraill a rhai y bu bron iddynt ddigwydd

Yn ogystal ag adroddiadau am ddigwyddiadau a achosodd anafiadau derbyniwyd 88 adroddiad arall hefyd yn ystod y flwyddyn. Maent wedi eu rhannu fel a ganlyn:

- 18 o anafiadau wrth gymryd rhan mewn chwaraeon.
- 47 o ddigwyddiadau y bu bron iddynt achosi anaf neu bryder.

- 23 achos o salwch ac achosion eraill heblaw damweiniau.

O'r 47 o ddigwyddiadau y bu bron iddynt achosi anafiadau neu bryderon roedd 5 yn ymwneud ag arbrofion gwyddonol a gweithgareddau cysylltiedig mewn labordai, roedd 4 yn ymwneud ag offer trydanol a derbyniwyd 8 am ddamweiniau na achosodd anafiadau a damweiniau y bu bron iddynt ddigwydd gyda cherbydau ar y campws. Cafwyd 5 adroddiad o arferion gwaith annigel gan gcontractwyr.

Cafwyd digwyddiad arall a achosodd bryder mawr pan ddaeth chwarel o wydr yn rhydd o'i ffrâm a disgyn o uchder sawl llawr i'r ddaear oddi tano. Caiff pob adroddiad a dderbynnir gan y Gwasanaethau Iechyd a Diogelwch ei adolygu a'i archwilio.

Ymyriad i achub bywyd

Yn ystod mis Mawrth 2013 roedd aelod o'r cyhoedd sy'n gymydog i'r brifysgol yn cerdded gyda'i gi ar gampws preswyl y Ffriddoedd pan gafodd drawiad a llewygu. Sylwodd aelod o'r staff diogelwch ar unigolyn yn gorwedd yn y cae a dechreuodd roi triniaeth adfywio cardio-pwlmonaidd (CPR) iddo ar ôl gweld nad oedd yn anadlu. Cyrhaeddodd ddau aelod arall o'r staff diogelwch a gweithiodd y tri i adfywio'r cymydog.

Mewn seremoni arbennig cyflwynwyd tystysgrifau'r Royal Humane Society i'r tri aelod o'r staff diogelwch sy'n derbyn hyfforddiant cymorth cyntaf a hyfforddiant CPR/diffibriliad drwy'r brifysgol. Cawsant gydnabyddiaeth gan y brifysgol hefyd trwy dderbyn Gwobrau Rhagoriaeth am eu cyflawniad arbennig.

Dyma'r trydydd tro yn y blynyddoedd diwethaf i aelod staff ddefnyddio eu hyfforddiant i achub bywyd aelod o'r cyhoedd. Digwyddodd y ddau ddigwyddiad blaenorol yn y Ganolfan Chwaraeon (Maes Glas) pan ddangosodd y Cynorthwyyr Chwaraeon eu lefel uchel o hyfedredd ac ymroddiad i eraill trwy roi CPR a siociau diffibriliad i achub bywyd dau unigolyn oedd yn defnyddio'r Ganolfan Chwaraeon.

ABSENOLDEB SALWCH YMYSG STAFF

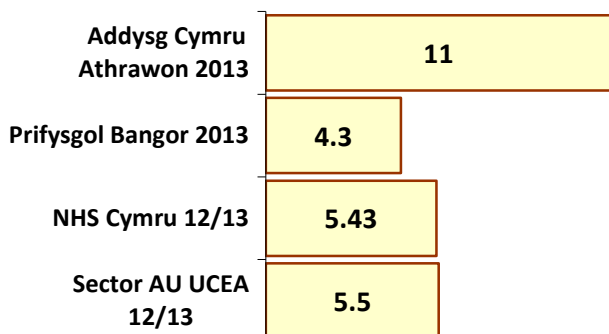
Yn 2013, collwyd 7592 o ddiwrnodau gwaith a adroddwyd o ganlyniad i absenoldeb salwch. Mae hyn yn gyfystyr â chyfradd absenoldeb salwch ymysg staff o **4.3** diwrnod am bob gweithiwr cyfwerth amser-llawn (4.7 diwrnod yn 2012). Mae hyn yn cymharu â chyfartaledd o 5.5 diwrnod yn y sector AU yn genedlaethol⁴.

Oherwydd yr amrywiadau mawr mewn dulliau cofnodi a ddefnyddir ar draws y sector a thu hwnt, ni ddylid ystyried cymhariaeth ag ystadegau cenedlaethol dim ond fel arwyddion o berfformiad. Ar hyn o bryd nid oes unrhyw fethodoleg y cytunwyd arni i gofnodi a mesur absenoldebau, er bod adroddiad diweddaraf yr UCEA yn rhoi fframwaith ar gyfer casglu data. Mae UCEA ar hyn o bryd yn adolygu sut mae'r sector yn cofnodi rhesymau/categoriâu am absenoldeb salwch i wella data meincnodi.

Mae Cyfradd Absenoldeb Salwch 2013 o 4.3 diwrnod yn cyfateb i golli **1.7%** o'r amser sydd ar gael⁵ oherwydd absenoldeb salwch. Y gyfradd yn 2012 oedd **1.8%** a **2.23%** yn 2011.

Roedd **66.83%** o staff y Brifysgol (cyfwerth llawn amser) **heb** gofnodi yr un diwrnod o absenoldeb salwch yn 2013 (64.18% yn 2012).

Cyfradd Absenoldeb Salwch (cymharydd) (diwrnod fesul aelod o staff [FTE] y flwyddyn)



Roedd cyfradd absenoldeb salwch ymysg staff colegau, ysgolion ac adrannau yn amrywio o lefel cyn ised â dim absenoldebau salwch wedi'u cofnodi

⁴ Cyfartaledd a ddarperir gan UCEA Adroddiad Absenoldeb Salwch yn Addysg Uwch 2011/12; yn seiliedig ar 80 o ymatebwyr

⁵ Yn seiliedig ar gyfartaledd o 260.715 diwrnod gwaith y flwyddyn

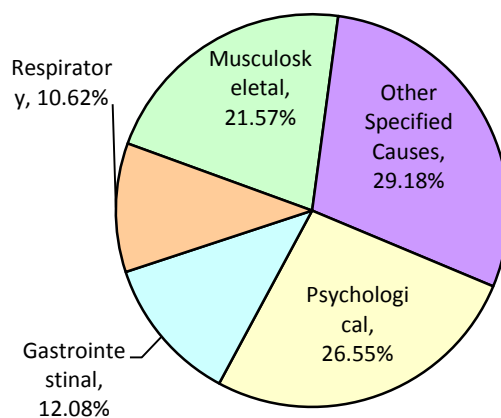
hyd at gyfradd o 19 diwrnod (am bob cyfwerth llawn amser) yn 2012. Adroddodd chwe ysgol / adran dim absenoldebau salwch.

Achosion Absenoldeb Salwch Ymysg Staff

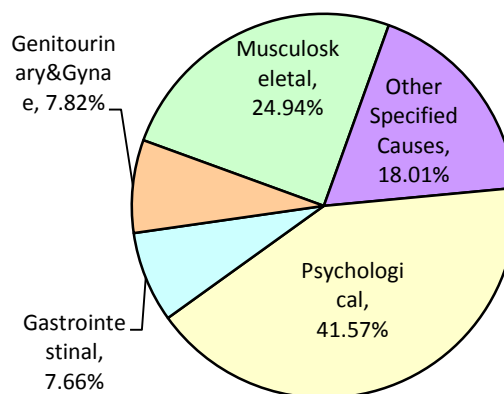
Caiff y salwch/rheswm dros bob absenoldeb - boed yn ardystiedig neu'n hunan-ardystiedig - ei gofnodi'n ganolog ac mae hyn o gymorth i ddeall anghenion iechyd staff yn well. Cadarnhawyd 23% o holl absenoldebau salwch gan dystysgrif feddygol (*nodyn ffitrwydd*), tra roedd y gweddill yn rhai hunan-ardystiedig.

Gan ddefnyddio data a ardystiwyd yn feddygol yn unig, gwelir bod salwch seicolegol ac achosion cyhyrsgerberydol (yn cynnwys poenau cefn, cymalau a thorri esgyrn), unwaith eto'n gyfrifol am y nifer fwyaf o absenoldebau tymor hir a rhai a ardystiwyd gan feddyg.

Top 5 Rheswm Absenoldeb Ardystiedig Tymor Canolig (o dan 20 diwrnod)



Top 5 Rheswm Absenoldeb Ardystiedig Tymor Hir (dros 20 diwrnod)



Dan y categori cyflwr cyhyrsgerbydol tymor hir roedd 4 achos o dorri esgyrn/anafiadau, 2 achos o boen/anaf i'r cefn a 11 achos arall o gyflyrau cyhyrsgerbydol cyffredinol (yn cynnwys anaf i'r ysgwydd, arthritis), gan wneud cyfanswm o 17 achos; o gymharu â 40 yn 2012.

Mae'r Ymarferwr Iechyd Galwedigaethol yn gweithredu rhaglen dychwelyd i'r gwaith gweithredol a chefnogol i bob achos o absenoldeb salwch tymor hir.

GWIRIADAU AC AROLYGU IECHYD

Caiff dros 100 aelod staff arolwg iechyd blynyddol i gadarnhau nad yw eu gwaith yn niweidio eu hiechyd. Rhoddir yr arolwg hwn i nifer o weithwyr llaw, cemegwyr ymchwil a staff technegol, gweithwyr ar shiftiau, rhai sy'n trin a thrafod bwyd, gyrwyr ar gontract, gweithwyr tiroedd a staff treialon Biogyfansoddion.

Mae'r arolwg iechyd wedi ei deilwra i risgiau a pheryglon hysbys, er enghraifft asesiadau resbiradol a chroen i gemegwyr ymchwil, a gwirio effaith dirgryniad a sŵn ar staff tiroedd.

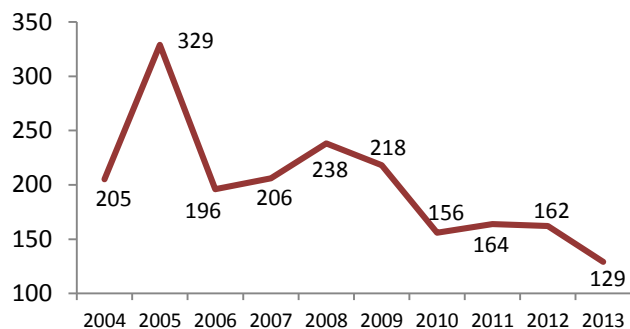
Ers 2007 mae'r brifysgol wedi cynnig gwiriadau iechyd am ddim i staff, fel arfer fel rhaglen dreigl i ysgolion ac adrannau. Ers 2012 mae'r gwasanaeth hwn wedi cael ei gyfeirio at staff newydd ac mae'n parhau i fod yn boblogaidd iawn.

Dros y blynyddoedd mae'r gwiriadau iechyd hyn wedi tynnu sylw at nifer o broblemau iechyd sylfaenol, gyda staff yn cael eu cyfeirio at eu meddygon teulu eu hunain i gael asesiadau pellach. Mae eraill wedi gallu cael cyngor iechyd ychwanegol a chefnogol.

TÂN

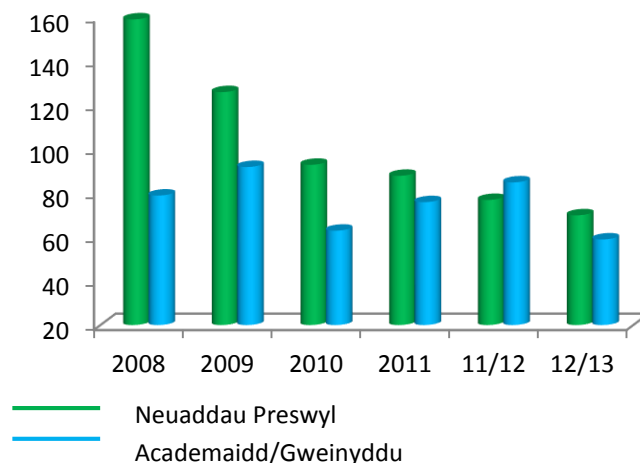
Mae systemau canfod tân a larwm tân wedi'u gosod yn y rhan fwyaf o adeiladau'r brifysgol. Mae hyn yn cynnwys tua 6000 o ganfodyddion gwres neu fwg awtomatig. Yn ystod blwyddyn academiaidd 2013 bu gostyngiad sylweddol yn nifer yr achosion pan ganodd y larymau tân yn adeiladau'r brifysgol heb fod hynny wedi'i drefnu ymlaen llaw, sef **129**, o gymharu â 162 yn y flwyddyn academiaidd flaenorol.

Cyfanswm Achosion Larymau Tân yn Seinio ym Mhrifysgol Bangor



Gellir rhannu'r cyfanswm hwn i ddynodi'r nifer o weithiau y canodd y larymau yn y ddwy brif ran o stadau'r Brifysgol, sef adeiladau preswyl ac adeiladau academiaidd/gweinyddol.

Larymau Tân yn Seinio fesul Ystâd



Mae nifer yr achosion o ganu larymau tân yn yr adeiladau academiaidd a gweinyddol wedi gostwng i **59** sydd i'w groesawu ar ôl codi'n sylweddol yn y cyfnod adrodd blaenorol (2012) i 85. Bu gostyngiad yn nifer yr achosion o ganu larymau tân yn y neuaddau preswyl o 77 i **70** yn 2013.

Yn ystod 2012/13 gwelodd Prifysgol Bangor **16.5** achos o ganu larymau tân i bob 1000 o synwryddion⁶ mewn adeiladau academiaidd a gweinyddol.

Yn ystod yr un cyfnod, bu gostyngiad eto yng nghyfradd yr achosion o ganu larymau tân yn yr ystâd breswyl o 32.1 fesul 1000 o ystafelloedd

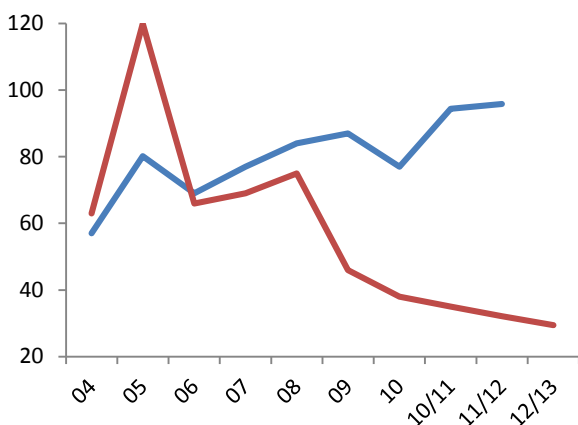
⁶ Yn seiliedig ar 3575 detector

gwely yn 2011/2012 i **30.4** fesul 1000 o ystafelloedd gwely yn 2012/2013⁷.

Adeg cyhoeddi'r adroddiad hwn (Mai 2014) nid oedd data'r sector addysg uwch am y flwyddyn academiaidd 2012/2013 ar gael ac nid ydym yn gallu cymharu'r cyfraddau canu larymau tân canlynol yn erbyn:

- Yr Ystâd Breswyl: yn ôl 1000 o ystafelloedd gwely a fesul 1000 o ganfodyddion.
- Ystâd Academiaidd a Gweinyddol: yn ôl 1000 o ganfodyddion.

Larymau Tân yn Seinio fesul 1000 o Ystafelloedd Gwely



	04	05	06	07	08	09	10	10/11	11/12	12/13
Bangor	63	120	66	69	75	46	38	35	32.1	30.4
Sector	57	80.2	69	77	84	87	77	94.4	95.8	

Ymarferion Tân

Dylid cynnal ymarferion tân bob blwyddyn i sicrhau bod staff a myfyrwyr yn gwybod beth i'w wneud pe bai'r larwm tân yn canu. Dangosodd adolygiad o ymarferion tân a gynhaliwyd yn 2013 mewn adeiladau academiaidd sy'n cynnwys darlithfeydd, mai dim ond mewn 78% o'r adeiladau y cynhaliwyd ymarferion tân.

Roedd y rhesymau am beidio â chynnal ymarferion yn yr adeiladau eraill yn ymwneud yn bennaf â materion cyfrifoldeb a phroblemau'n gysylltiedig â chydlyn ymarferion mewn adeilad a rennir gyda sefydliadau eraill.

Rydym yn rhoi sylw i'r materion hyn ar hyn o bryd.

Tanau

Cafwyd un achos o dân bychan a achoswyd o ganlyniad i goginio mewn neuadd breswyl yn 2012/2013 ac a ddiffinnir fel **tân bychan** oherwydd y meini prawf cofnodi.

Adeg cyhoeddi'r adroddiad hwn nid oedd data'r sector addysg uwch am y flwyddyn academiaidd 2012/2013 ar gael fel y gallem gymharu nifer y tanau yn neuaddau preswyl ac adeiladau gweinyddol Prifysgol Bangor yn eu herbyn.

CAMAU GORFODI AC YMWELIADAU STATUDOL

Ni chymerwyd unrhyw gamau gorfodi yn erbyn y Brifysgol yn 2013.

Awdurdod Gweithredol Iechyd a Diogelwch (HSE):

Fel y nodwyd uchod, mae ymchwiliad yr HSE i'r ddamwain drasig yn parhau.

Yn ystod y flwyddyn bu'r HSE yn ymweld â'r brifysgol ac yn adolygu'r gweithdrefnau asesu risg i staff sydd wedi eu lleoli neu'n gweithio'n bennaf gyda chyflogwyr eraill. Y rheswm dros gynnal yr ymyriad hwn oedd ei fod yn rhan o ymchwiliad yr HSE i fusnes lleol lle'r oedd aelod o staff y brifysgol yn gweithio fel rhan o gytundeb Partneriaeth Trosglwyddo Gwybodaeth (KTP). Yn dilyn trafodaethau a llunio cynllun gweithredu i leihau'r tebygolrwydd o ail ddigwyddiad daethpwyd ag ymholiadau'r Awdurdod Gweithredol Iechyd Diogelwch yn y brifysgol i ben.

Hefyd yn 2013, bu arolygwr Asiantau Biolegol Arbenigol HSE yn archwilio rheolaeth y brifysgol dros reoli'r risgiau sy'n gysylltiedig â gwaith Addasu Genetig a'r peryglon Biolegol cysylltiedig i sicrhau y cydymffurfir ag elfennau allweddol y Rheoliadau Organebau wedi'u Haddasu'n Enetig (defnydd cyfyngedig). Roedd yr arolygwyr yn fodlon gyda'r mesurau sydd wedi eu sefydlu a gweithredwyd eu hargymhellion am fân welliannau ar unwaith.

Cyfoeth Naturiol Cymru (NRW): Yn dilyn creu Cyfoeth Naturiol Cymru, ymwelodd yr arolygwr newydd ym mis Rhagfyr 2013. Roedd yr arolygwr yn fodlon gyda phob agwedd ar drefniadau rheoli'r brifysgol am reoli ffynonellau ymbelydredd a gwastraff ymbelydredd.

⁷ Yn seiliedig ar 2381 detector a 2300 stafell wely

Gwasanaeth Tân ac Achub Gogledd Cymru: Daeth y Gwasanaeth Tân i'r brifysgol a buont yn ymweld ac arolygu nifer o adeiladau'r brifysgol, yn rhagweithiol ac o ganlyniad i ddigwyddiadau. Ni chymerwyd unrhyw gamau gorfodi.

ACHOSION SIFIL I HAWLIO IAWNDAL (YN YMWNEUD AG IECHYD A DIOGELWCH)

Ni fu unrhyw achos newydd o hawlio iawndal o dan atebolrwydd y cyflogwr nac atebolrwydd cyhoeddus yn 2013.

HYFFORDDIANT A DATBLYGU STAFF

Yn ystod y flwyddyn cafodd 85 o gyrsiau eu darparu'n uniongyrchol neu eu hwyluso gan y Gwasanaethau Iechyd a Diogelwch.

Blwyddyn	Nifer o Gyrsiau	Staff Ddaeth Iddynt
2013	85	583
2012	106	719
2011	120	1125
2010	91	880
2009	84	572

Roedd yr hyfforddiant a roddwyd i staff yn cynnwys asesu risg, diogelwch rhag tân, OSA, trin a thrafod pethau, diffribiliad a CPR mewn argyfwng, gweinyddu Epipen a sesiynau cynefino cyffredinol ar iechyd a diogelwch. Hefyd datblygwyd cyrsiau hyfforddi newydd fel cyfraith iechyd a diogelwch i reolwyr y brifysgol.

Hyfforddiant Arall:

Yn ogystal â'r ystadegau a ddangosir uchod, a gynigir yn uniongyrchol trwy'r gwasanaethau iechyd a diogelwch, mae dros 180 o gontractwyr allanol wedi cael hyfforddiant arbenigol trwy'r adran ystadau a chyfleusterau mewn meysydd fel:

- Ymwybyddiaeth Asbestos.
- Gweithio'n ddiogel yn y labordy.
- Cwrs cynefino iechyd a diogelwch i gontractwyr y brifysgol.

Hefyd, lansiwyd rhaglen 'Byddwch ar eich Gorau' gan adran datblygu staff Adnoddau Dynol yn ystod 2013 gyda'r amcan o leihau pethau sy'n achosi straen trwy helpu staff i reoli eu llwythi gwaith yn well ac i ddeall ymddygiadau ac ymarweddiadau dynol, er mwyn annog pawb i ddatblygu eu gallu i gael y gorau oddi wrthynt eu hunain ac oddi wrth eraill. Yn y rhaglen gyntaf daeth dros 400 o staff i gyfres o 9 sgwrs a ddarparwyd gan ein harbenigwyr academiaidd mewnol ar draws ystod eang o bynciau yn cynnwys bod yn gadarnhaol, hapusrwydd a hyfforddi eich hun. Ynghyd â hyn cynhaliwyd 21 o gyrsiau perthnasol yn cynnwys cael cydbwysedd bywyd-gwaith cadarnhaol a chymorth cyntaf iechyd meddwl lle bu dros 160 yn bresennol.

Darperir hyfforddiant arall hefyd yn lleol gan Golegau ac Adrannau. Nid yw'r rhain yn cael eu cofnodi'n ganolog ar hyn o bryd ac felly nid ydynt wedi eu hadrodd.

YSTADEGAU'R WEFAN

Yn 2013, cafodd gwefan iechyd a diogelwch y Brifysgol **14,498** (+12%) o ymweliadau, gyda 36,037 o dudalennau yn cael eu hagog. Roedd tua 32% o'r ymweliadau â'r wefan (~4,666) gan staff a myfyrwyr Prifysgol Bangor.

Yr adrannau mwyaf poblogaidd o'r wefan oedd:

- Asesiadau Risg.
- Y Mynegai Destun A-Z.
- Ffurflenni Iechyd a diogelwch y brifysgol.
- Gwybodaeth Iechyd.
- Teithio Dramor.

DATBLYGU POLISIÂU A DOGFENNAU

Cafodd y polisiâu canlynol eu hadolygu, eu diweddarau a'u hailgyhoeddi yn 2013:

- Polisi Diogelwch Bysiau Mini a Dulliau Gweithredu (diwygiedig).
- Safon Polisi Mamau Newydd a Beichiog (diwygiedig).
- Safon Polisi a Systemau Rheoli Ymbelydredd Ioneiddio (ffynhonnell agor) (diwygiedig).

Parhawyd gyda'r gwaith i ddatblygu gwybodaeth ddefnyddiol i ddefnyddwyr a chefnogi colegau ac adrannau gwasanaeth. Hefyd mae hunanasesiad y colegau a'r adrannau wedi bod yn ymarfer defnyddiol iawn ac yn ystod y rhan olaf o 2014 byddant yn cael cefnogaeth bellach a rhoddir crynodeb o'r canfyddiadau yn adroddiad blynyddol 2014.

Datblygiad allweddol arall yn 2013 oedd creu mapiau trwyddedau stoc ymbelydredd ffynhonnell agored a'r dogfennau mapiau trwyddedau gwastraff ymbelydredd ffynhonnell agored. Mae'r dogfennau hyn yn rhoi manylion am sut mae'r brifysgol yn cydymffurfio â gofynion ei stoc ymbelydredd a thrwyddedau gwastraff, fel y gall y brifysgol gael trosolwg o'r arferion rheoli. Maent hefyd yn cynorthwyo'r Awdurdodau Rheoleiddio wrth gynnal eu harchwilio statudol.

DIGWYDDIADAU HYBU IECHYD



Gweithio ar gyfer trafnidiaeth integredig yng Ngogledd Cymru
Working for integrated transport in North Wales

Ennill Grantiau: O ganlyniad i'r cais llwyddiannus am grant

TAITH yn 2012, roedd yn bosibl gwneud y gwaith canlynol i gefnogi cynaliadwyedd ac iechyd yn 2013:

Storio Beiciau: Llwyddodd y brifysgol i gynyddu'r cyfleusterau storio beiciau >40% o ganlyniad i'r grant TAITH a chyllid ychwanegol gan y sefydliad. Bu'r buddsoddiad hwn yn llwyddiannus iawn gydag oddeutu 685 o leoedd swyddogol i storio/cadw beiciau ar gael erbyn hyn, o gymharu â 460 yn 2012.

Benthycu Beiciau: Llwyddwyd i brynu wyth beic newydd sbon sy'n addas i ferched a dynion gyda'r arian grant. O ganlyniad roedd nifer y benthyciadau beiciau i staff bron wedi dyblu yn 2013.

Teithio'r Byd: O 1 Mawrth 2013 anogwyd staff a myfyrwyr i gymryd rhan yn yr Her Teithio'r Byd. Amcan yr ymgyrch oedd codi ymwybyddiaeth am gerdded 10,000 o gamau'r dydd fel yr argymhellir ac i annog staff a



myfyrwyr i fod yn egniol ac ymwybodol o'r amgylchedd trwy ofyn iddynt gofnodi faint maent yn ei gerdded, nofio neu feicio a hyrwyddo peidio â theithio mewn car. Cynhaliwyd yr ymgyrch am 90 diwrnod, gyda'r 60 diwrnod cyntaf yn gystadleuaeth gyfeillgar â'r staff ym Mhrifysgol Aberystwyth.

Cofrestrodd 400 o staff a 192 o fyfyrwyr i gymryd rhan yn yr ymgyrch. Yn gyffredinol, teithiodd y staff 67,000 o filltiroedd (2.69 gwaith o amgylch y byd), sef 11,000 yn fwy o filltiroedd nag Aberystwyth.

Gwelwyd o'r arolwg a wnaed gyda'r cyfranogwyr wedyn ei fod wedi codi ymwybyddiaeth am gyn lleied o ymarfer corff a wneir gan rai pobl. Roeddent hefyd yn teimlo bod y mesuryddion cerdded, a ariannwyd trwy gais am grant i TAITH, wedi eu hysgogi'n fawr i wneud gweithgareddau egniol.

Rhannu Car: Lluniwyd porth ar-lein i staff a myfyrwyr rannu ceir, ond mae angen hyrwyddo'r cynllun ymhellach yn 2014 i annog pobl i'w ddefnyddio.

Eich Cefnogi Chi: Hefyd yn ystod 2013 cynhaliwyd ymgyrch hybu iechyd staff ym mis Rhagfyr oedd â dau fwriad sef yn gyntaf atgoffa staff am y gwasanaeth, y gefnogaeth a'r wybodaeth a ddarperir gan y Gwasanaethau Iechyd a Diogelwch ac i gefnogi iechyd staff yn y gwaith ac yn gyffredinol. Hefyd, er mwyn gwella'r ymchwil a wnaed eisoes am farn a gofynion y staff am wasanaeth hybu iechyd yn y gweithle⁸, anfonwyd holiadur i'r holl staff yn gofyn am syniadau ar gyfer ymgyrchoedd i hybu iechyd a lles yn y dyfodol.

Cafwyd 277 o ymatebion i'r arolwg gan staff o wahanol adrannau, ysgolion a cholegau a cheir crynodeb o'r ymatebion isod:

- loga, pilates, therapïau ategol a theithiau cerdded oedd y dulliau hybu iechyd mwyaf poblogaidd hoffai staff gweld cynnig.
- Roedd y thema meddwl iach a lleihau straen yn rhywbeth yr oedd llawer yn dymuno ei weld.

⁸ Riches, 2012

- Roedd y rhan fwyaf o bobl yn nodi y byddai'n well ganddynt i'r gweithgareddau gael eu cynnal amser cinio neu ar ôl gwaith.
- Cynigiodd 31 staff eu hamser ac amrywiaeth o sgiliau i helpu gyda gweithgareddau yn y dyfodol.
- Roedd nifer o sylwadau hefyd yn cynnwys awgrymiadau fel a ganlyn:
 - o Darparu ystafelloedd i staff gael cinio
 - o Dosbarthiadau amser cinio ar safleoedd neu mewn adeiladau lleol yn hytrach na Stryd y Deon neu Faes Glas
 - o Cael defnyddio'r gampfa neu wneud gweithgareddau a therapïau am ddim neu am brisiau gostyngol
 - o Sesiynau hanner awr amser cinio ym Maes Glas
 - o Gweithgareddau i gynnwys teulu a ffrindiau
 - o Desgiau/gweithfannau y gellir eu defnyddio wrth sefyll

Mae'n ymddangos o'r adborth a gafwyd yn ystod yr ymgyrch hwn y byddai staff yn croesawu rhagor o gyfleoedd i wella eu hiechyd a'u lles yn y gwaith a fyddai o fudd i'r cyflogwr a'r staff.

Mentrau Iechyd Eraill: Yn ogystal, cynhaliwyd y dulliau hybu iechyd canlynol yn 2013.

- *Her Colli Pwysau:* Cynhaliwyd y digwyddiad nodedig blynyddol rhwng mis Ionawr a mis Mawrth. Codwyd dros £4000 i Dŷ Gobaith.
- *Diwrnod Dim Ysmygu:* Fe'i cynhaliwyd ar 13 Mawrth i gyd-fynd â'r Diwrnod Cenedlaethol Dim Smygu. Roedd yn cynnwys ymgyrch boster gan ddefnyddio'r thema genedlaethol 'Swap Fags for Swags', gyda'r nod o ddangos i bobl faint o arian y gallent ei arbed drwy roi'r gorau iddi.
- *Dadansoddi hybu iechyd:* Cynhaliwyd gwaith helaeth yn ystod yr haf i ddadansoddi ymateb staff i ymgyrchoedd hybu iechyd blaenorol. Defnyddir y data hwn i gynllunio'r gweithgareddau iechyd y flwyddyn nesaf.
- *Safon Iechyd Gorfforaethol:* Cynhaliwyd dadansoddiad o'r bylchau ym mholisiau a

threfniadau cysylltiedig ag iechyd presennol y brifysgol yn erbyn Safon Iechyd Corfforaethol Llywodraeth Cynulliad Cymru i asesu i weld a oes angen gwneud gwaith ymhellach ac ym mhle.

- *Polisi Alcohol:* Gwnaed adolygiad o'r polisi alcohol presennol a oedd yn cynnwys sgysiau gydag aelodau staff allweddol.
- *Ymwybyddiaeth Gofal Cefn:* Bydd y rhan fwyaf o bobl yn cael poen cefn ar ryw adeg yn ystod eu bywyd felly cynhaliwyd ymgyrch ar y cyd ag Wythnos Ymwybyddiaeth Gofal Cefn i roi awgrymiadau ar sut i atal problemau yn y lle cyntaf ac os ceir problemau, sut i leihau'r risg o'r problemau yn ailgodi a helpu i wella'n gyflym. Dylid nodi bod dwsinau o staff Prifysgol Bangor yn dioddef poen cefn bob blwyddyn, gyda dros 47 achos gwahanol yn 2013.

Cydnabyddiaeth: Cafwyd cydnabyddiaeth o waith y Brifysgol unwaith eto gydag erthygl wedi ei chyhoeddi yn y cylchgrawn Occupational Health yn disgrifio menter Ymarferwr Iechyd Galwedigaethol y brifysgol i ddod â chyflogwyr a meddygon teulu lleol at ei gilydd i "annog gweithwyr i ddychwelyd i'r gwaith."

ARCHWILIADAU, ADOLYGIADAU AC AROLYGIADAU

Cynhaliwyd nifer o archwiliadau ac adolygiadau diogelwch yn 2013, gan gynnwys:

- *Coleg y Celfyddydau a'r Dyniaethau:* Cwblhawyd archwiliad helaeth o System Rheoli Iechyd a Diogelwch y Coleg. Roedd hyn yn cynnwys safonau asesu o fewn nifer o'r un ar ddeg ysgol ac adrannau yn y coleg. Roedd yr archwiliad yn cynnwys dadansoddiad meintiol (lle mae'r atebion yn naill ai'n IE/NA) ac asesiad ansoddol dangosol (lle rhoddir sylwadau ac awgrymiadau) o'r perfformiad rheoli cyffredinol. Cafwyd sgôr o 90.8 gyda'r dadansoddiad ansoddol [perfformiad rheoli cyffredinol] - DA, a chafodd y perfformiad meintiol sgôr o 107 - DA IAWN.

- **Diogelwch Cemegol wrth ddysgu:** Cynhaliwyd adolygiad o'r gweithdrefnau a sefydlwyd gan yr Ysgol Cemeg i reoli sesiynau ymarferol israddedigion ym mlwyddyn 1 a 2 yn 2013. Roedd y broses yn cynnwys gwerthusiad o'r dogfennau ategol ac ymweld â nifer o sesiynau ymarferol hyfforddedig. Er y nodwyd nifer o welliannau, roedd yr adolygiad yn amlygu'r ymdrechion a wneir gan staff a'r ysgol i sicrhau bod safonau da wedi'u sefydlu. Derbyniwyd ateb cadarnhaol a blaengar i bob pwynt yn yr adroddiad gan yr ysgol; gyda llawer o fesurau wedi'u cwblhau eisoes yn barod ar gyfer y flwyddyn academaidd 2013/2014.

- **Staff yn gweithio'n bennaf i gyflogwyr eraill:** Yn dilyn ymyriad yr HSE (gweler y camau gweithredu gorfodol) cynhaliwyd adolygiad o drefniadau'r brifysgol i asesu risgiau posibl i staff sydd wedi eu lleoli neu'n gweithio'n bennaf i gyflogwyr eraill. Codwyd nifer o gamau gweithredu yn yr adolygiad hwn:

- ii. Ailgyflwyno'r gofyniad i asesu'r trefniadau iechyd a diogelwch yn y sefydliadau KTP lletyol a chynnal archwiliad o'r safle, lle bo modd, cyn i aelod staff ddechrau gweithio yno.
- iii. Atgoffa colegau ac adrannau o'u cyfrifoldebau mewn perthynas â staff yn gweithio'n bennaf i sefydliad lletyol.
- iv. Sefydlu systemau i restru enwau holl staff y brifysgol sy'n gweithio mewn sefydliadau lletyol.
- v. Ymchwilio i drefniadau'r brifysgol mewn perthynas â staff cyflogwyr eraill sydd wedi eu lleoli yn y brifysgol.

- **Trefniadau Rheoli Ymbelydredd:** Cynhaliwyd adolygiad mewnol o'r holl drefniadau rheoli ffynonellau ymbelydredd agored ac wedi'u selio i baratoi ar gyfer yr archwiliad ar y cyd gan Asiantaeth yr Amgylchedd a Chyfoeth Naturiol Cymru. Roedd hyn yn cynnwys archwilio pob un o gyfleusterau ymbelydredd y brifysgol ac adolygiad llwyr o'r Safon Polisi, Systemau Rheoli

a Rheoliadau Lleol ar Ymbelydredd Ïoneiddio (ffynonellau agored).

Roedd archwiliad dilynol yr Awdurdodau Rheoleiddio yn asesu cydymffurfio yn erbyn awdurdodiadau a thrwyddedau penodol y brifysgol a roddwyd dan y Rheoliadau Caniatáu Amgylcheddol 2010, a'i chydymffurfiaeth sylfaenol â gofynion Rheoliadau Ymbelydredd Ïoneiddio 1999. Roedd eu harchwiliad yn cynnwys adolygiad trylwyr o ddogfennau, ymweld â chyfleusterau ymbelydredd a chyfweld â staff allweddol. Bu'r archwiliad yn llwyddiannus ac ni nodwyd unrhyw gamau gweithredu.

- **Adolygiad o Beryglon Biolegol:** Cynhaliwyd dilyniant i'r Adolygiad o Asiantau Biolegol Peryglus 2010 a oedd yn asesu'r rheolaeth o asiantau biolegol peryglus yn gysylltiedig â gweithgareddau mewn labordai a rheoli cyfleusterau cadw anifeiliaid wrth addysgu a gwneud ymchwil. Ailymwelwyd ag ardaloedd perthnasol i archwilio'r cyfleusterau, asesu dogfennau a chyfweld â staff allweddol i gael y sefyllfa ddiweddaraf am y camau gweithredu a nodwyd yn yr Adolygiad yn 2010. Roedd y canfyddiadau yn gadarnhaol iawn ac roedd y rhan fwyaf o'r camau gweithredu o Adolygiad 2010 wedi'u cwblhau.

- **Rheoli rheolaethau contractwyr sy'n gysylltiedig â'r ystadau:** Penodwyd ymgynghorydd allanol gan yr adran ystadau a chyfleusterau i adolygu trefniadau rheoli'r adran mewn perthynas â phenodi a rheoli'r contractwyr wedyn ar y safle. Roedd hwn yn ddilyniant i'r adolygiad a gynhaliwyd gan y gwasanaethau iechyd a diogelwch yn 2010. Gwnaed nifer o argymhellion, yn arbennig ynglŷn â'r maes cadw cofnodion.

- **Archwiliadau ffurfiol:** Gwnaed nifer o archwiliadau a gofnodwyd yn ffurfiol gan staff HSS o'r ardaloedd gwaith a gweithgareddau peryglus yn ystod 2013. Mae hyn yn ychwanegol at yr archwiliadau a wnaed fel rhan

o'r adolygiadau, archwiliadau ac arolygiadau o ddamweiniau/digwyddiadau.

Yn ychwanegol at yr archwiliadau a wnaed gan staff HSS bydd pob coleg ac adran hefyd yn cynnal eu harchwiliadau eu hunain o'r ardaloedd a'r gweithgareddau.

- **Yswiriant bob dwy flynedd Archwiliad (Allanol):** Caiff y brifysgol ei hyswrio drwy UMAL, darparwr yswiriant addysg uwch. Fel rhan o'r trefniant hwn, caiff y brifysgol ei harchwilio bod dwy flynedd a bydd yn derbyn dau adroddiad ffurfiol; Rheoli Risg Eiddo (mewn perthynas â thân yn bennaf) rheoli risg iechyd a diogelwch.

Bu gwelliant yn y gyfradd gyfartaledd gyffredinol am reolaethau Rheoli Iechyd a diogelwch yn 2013 o 2.33 yn 2011 i **2.5** (cyfartaledd UMAL yn 2013 oedd **2.22**). Mae UMAL yn defnyddio system sgorio 0-3 ar draws pob un o'i sefydliadau yswiriedig.

ELUSEN Y BRIFYSGOL, Tŷ GOBAITH



Tŷ Gobaith yw elusen fabwysiedig y brifysgol. Mae'r elusen ynn darparu gofal seibiant, gofal lliniarol a nyrsio terfynol i blant sy'n dioddef o salwch angheuol. Mae eu tîm gofal cymunedol hefyd yn cynnig cefnogaeth yng nghartref y teuluoedd gyda chefnogaeth a chwnsela yn ystod profedigaeth ar gael i holl aelodau'r teulu am gyhyd ag y bydd ei angen. Er bod Tŷ Gobaith angen dros filiwn o bunnau bob blwyddyn i ddarparu gofal i bant ac er nad yw'n derbyn llawer o gyllid statudol, nid yw'n codi tâl ar deuluoedd felly mae cyfraniadau gwirfoddol yn hanfodol.

Ym mis Rhagfyr, ar ôl blwyddyn lwyddiannus arall o godi arian, cyflwynodd Dr David Roberts siec am £12,897 i Dŷ Gobaith.

Codwyd yr arian drwy wahanol ddigwyddiadau yn cynnwys her 'Zip-Wire', a drefnwyd gan yr Ysgol Cemeg; pryd bwyd a drefnwyd gan 'Lead Cymru' i fusnesau lleol; dringfeydd i fyny Kilimanjaro a'r

Wyddfa, yn ogystal â'r elw o loteri staff y Brifysgol sy'n bodoli'n unig i godi arian i Dŷ Gobaith.



Yn ystod y pedair blynedd ddiwethaf mae gweithgareddau codi arian staff a myfyrwyr wedi codi dros £44,000 i'r elusen.

GRŴP IECHYD A DIOGELWCH GOGLEDD ORLLEWIN CYMRU



Cafodd Grŵp Iechyd a Diogelwch Gogledd Orllewin Cymru (NWWHSG), sy'n anelu at ddatblygu ymarfer iechyd a diogelwch da

ymhlith cyflogwyr lleol, flwyddyn brysur iawn yn 2013. Darparodd y Grŵp sgysiau dros gyfnod o wyth mis a bu hefyd yn gweithio gyda'r Gyfnewidfa Cefn Genedlaethol i hwyluso digwyddiad undydd Arddangosfa a Chynhadledd Trafod â Llaw oedd yn boblogaidd iawn. Roedd y diwrnod yn cynnwys amrywiaeth o sgysiau ymarferol ac arddangosfeydd ar wella dulliau trafod â llaw. Roedd gwahanol fathau o offer a gynlluniwyd i wneud tasgau trafod â llaw yn haws yn cael eu harddangos hefyd.

Ym mis Medi cynhaliodd y Grŵp ei gynhadledd iechyd a diogelwch a gynhelir bob dwy flynedd, 'Newid er Gwell'. Daeth dros 100 o gynrychiolwyr o blith cyflogwyr lleol a chenedlaethol iddi. Roedd y sgysiau'n amrywio o'r newyddion diweddaraf cyfreithiol am iechyd a diogelwch i ddysgu am sut i newid ein hymddygiadau a'n hagweddau at iechyd a diogelwch yn ein hunain ac mewn pobl eraill.

Diwedd.