| | |
|---|---|
| Fersiwn | 8 |
| Dyddiad Diwygio Diwethaf | Tachwedd 2025 |

Iechyd a Diogelwch
Cyngor Rhondda Cynon Taf, gweithio gyda chi, gweithio gyda'n gilydd

gweithio'nwell
workwell

Health and Safety
Rhondda Cynon Taf Council, working with you, working together

# Cynllun HS 11A

# Profion Llygaid a Golwg a Chyfarpar Cywiro Arbennig

RHONDDA CYNON TAF

| RHEOLI'R DDOGFEN | |
|---|---|
| **ENW'R DDOGFEN** | **Profion Llygaid a Golwg a Chyfarpar Cywiro Arbennig** |
| Adran | Adran Adnoddau Dynol |
| Rhif ffôn | 01443 425524 |
| Dyddiad Lansio Cychwynnol | Medi 1996 |
| Swyddog Adolygu | Adrian Perry |
| Dyddiad Diwygio | Ebrill 2027 |
| Dyddiad yr Asesiad o'r Effaith ar Gydraddoldeb | 2008 |
| | |
| **HANES DIWYGIO** | |
| Dyddiad | Diwygiwyd gan |
| Medi 1996 | Gerwyn Hogben |
| Chwefror 2005 | Gerwyn Hogben |
| Awst 2016 | Mike Murphy |
| Awst 2018 | Mike Murphy |
| Mawrth 2021 | Mike Murphy |
| Ebrill 2023 | Stephen Humphreys |
| Tachwedd 2025 | Adrian Perry |
| | |
| **CYMERADWYO'R DDOGFEN** | |
| Mae'r ddogfen yma wedi cael ei chymeradwyo gan: | Dyddiad Cymeradwyo |
| Uwch Reolwyr Adnoddau Dynol | |
| Carfan y Rheolwyr Corfforaethol | |
| Cabinet | |

CYNNWYS


1. CYFLWYNIAD ........ 1
2. DIFFINIADAU ........ 1
3. PROFION LLYGAID A GOLWG ........ 2
4. RHWYMEDIGAETH Y CYNGOR AR GYFER COSTAU – ESBONIAD ........ 3
5. Y CYNLLUN - Y WEITHDREFN I'W DILYN ........ 4
6. CYNGOR ........ 4
FFURFLEN DSE (SCH) 1 ........ 5
FFURFLEN DSE (SCH) 2 ........ 6
FFURFLEN DSE (SCH) 3 ........ 7
CYNLLUN HS 11A ........ 9
RHESTR WIRIO I REOLWYR ........ 9

## 1. CYFLWYNIAD

1.1 Mae'r Rheoliadau Iechyd a Diogelwch (Offer sgrîn Arddangos) yn nodi dyletswydd y Cyngor i'w weithwyr sy'n gweithio gydag offer sgrîn arddangos (OSA) at ddibenion ei waith.

1.2 Mae Rheoliad 5 yn nodi'n benodol ddyletswydd y Cyngor fel cyflogwr tuag at ei weithwyr mewn perthynas â phrofion llygaid a golwg a chyfarpar cywiro arbennig. Mae'n ei gwneud yn ofynnol i'r Cyngor ddarparu prawf llygad a golwg priodol i ddefnyddiwr sy'n gofyn amdano, a bod y prawf hwnnw'n cael ei gynnal gan berson cymwys.

1.3 Mae'r cynllun yma wedi'i lunio i gefnogi Polisi HS11 y Cyngor - Offer sgrîn Arddangos, gan gyfeirio'n benodol at Adran 6.

## 2. DIFFINIADAU

2.1 Mae 'offer sgrîn arddangos' (OSA) yn golygu unrhyw sgrîn arddangos alffaniwmerig neu graffeg, waeth beth fo'r broses arddangos dan sylw. Mae hefyd yn cynnwys sgriniau sy'n cael eu defnyddio mewn gwaith gyda lluniau teledu neu ffilm, er enghraifft, Teledu Cylch Cyfyng.

2.2 At ddibenion y cynllun yma, mae 'defnyddiwr' yn golygu unigolyn sy'n gweithio i'r Cyngor (ond nid gweithiwr asiantaeth na gweithiwr hunangyflogedig) sydd fel arfer yn defnyddio OSA at ddibenion gwaith y Cyngor yn rhan sylweddol o'i waith arferol. Yn gyffredinol, bydd hi'n briodol ystyried yr unigolyn yn ddefnyddiwr os:

- yw e fel arfer yn defnyddio OSA am gyfnodau **parhaus (neu bron yn barhaus) o awr neu fwy** ar y tro, ac yn defnyddio OSA **yn ddyddiol fwy neu lai**;
- oes rhaid iddo **drosglwyddo gwybodaeth yn gyflym** i neu o'r OSA;
- **oes angen iddo ganolbwyntio a chymhwyso lefel uchel o sylw; neu mae'n ddibynnol iawn ar OSA neu does dim llawer o ddewis gydag ef o ran ei ddefnyddio; neu mae angen arno hyfforddiant neu sgiliau arbennig i ddefnyddio'r OSA.**

Mae rhestr wirio ar gael i gynorthwyo rheolwyr i benderfynu pwy sy'n ddefnyddiwr yn y ddogfen Rhestrau Gwirio ar gyfer asesu Defnyddwyr a Gweithfannau OSA - mae modd cael copïau o'r ddogfen ar RCT Source neu oddi wrth y Garfan Iechyd a Diogelwch.

2.3 'Cyfarpar cywiro arbennig' (sbectol fel arfer) yw'r cyfarpar yna sy'n cael ei ragnodi i gywiro diffygion golwg ar y pellter gwylio neu'r pellteroedd sy'n berthnasol i waith OSA yn unig.

Dydy hyn ddim yn cynnwys cyfarpar sydd wedi'i ragnodi at unrhyw ddefnydd arall, hyd yn oed os oes modd defnyddio'r cyfarpar hwnnw ar gyfer gwaith OSA. Er enghraifft, dydy sbectol sy'n cael eu rhagnodi ar gyfer darllen (ond a all gael eu defnyddio ar gyfer gwaith OSA hefyd) ddim yn cael eu hystyried yn gyfarpar cywiro arbennig oherwydd nad ydyn nhw wedi cael eu rhagnodi i'w defnyddio ar y pellter gwylio neu'r pellteroedd sy'n cael eu defnyddio'n benodol ar gyfer gwaith OSA - wrth ddarllen, mae deunydd fel arfer yn agosach at y person na sgrîn arddangos.

Mae'n werth nodi bod yr Awdurdod Gweithredol Iechyd a Diogelwch yn cynghori bod profiad wedi dangos mai dim ond lleiafrif (llai na 10% fel arfer) fydd angen cyfarpar cywiro arbennig ar gyfer gwaith sgrîn arddangos.

## 3. PROFION LLYGAID A GOLWG

3.1 Bydd y Cyngor yn cytuno i ddefnyddwyr drefnu prawf llygaid a golwg priodol fel a ganlyn:

- ar ôl i ddefnyddwyr gyflwyno cais cychwynnol am brawf - cyn gynted ag y bo'n ymarferol ar ôl i'r cais gael ei wneud;
- ar gyfer recriwtiaid newydd neu weithwyr presennol sydd i ddod yn ddefnyddwyr ac wedi cyflwyno cais am brawf - cyn iddyn nhw ddod yn ddefnyddwyr;
- ar gyfer defnyddwyr - yn rheolaidd ar ôl y prawf cyntaf, ar yr amod eu bod am gael y profion. At ddibenion y cynllun yma, y cyfnod rheolaidd rhwng cael profion llygaid a golwg fydd dwy flynedd (oni bai fod yr optegydd yn cyfarwyddo fel arall ar Ffurflen DSE (SCH) 1, sydd ynghlwm). Dydy'r Cyngor ddim yn gyfrifol am unrhyw gywiriadau ar gyfer diffygion golwg nac archwiliadau ar gyfer problemau llygaid sydd ddim yn gysylltiedig â gwaith sgrîn arddangos a allai ddod yn angenrheidiol i weithiwr yn ystod unrhyw gyfnod. Cyfrifoldeb yr unigolyn dan sylw yw'r rhain;
- ar gais am brawf gan ddefnyddiwr sy'n profi anawsterau gweledol y mae modd yn rhesymol eu hystyried yn gysylltiedig â gwaith OSA, er enghraifft, symptomau gweledol fel straen llygaid neu anawsterau ffocysu - cyn gynted ag y bo'n ymarferol ar ôl i'r cais gael ei wneud.

## 4. RHWYMEDIGAETH Y CYNGOR AR GYFER COSTAU – ESBONIAD

4.1 Prawf llygaid a golwg:

Bydd y Cyngor (neu'r ysgol, fel y bo'n briodol) yn talu costau profion llygaid a golwg, yn unol â'r cynllun (edrychwch ar Ffurflen DSE (SCH) 2, sydd ynghlwm).

4.2 Cyfarpar cywiro arbennig:

Yn dilyn archwiliad, os yw'r optegydd yn nodi bod angen cyfarpar cywiro arbennig, bydd y Cyngor (neu'r ysgol, fel y bo'n briodol) yn talu cost darparu'r cyfarpar sylfaenol, h.y. ffrâm a lensys sylfaenol, o fath ac ansawdd sy'n ddigonol ar gyfer gwaith y defnyddiwr a chan ystyried argymhellion yr optegydd, yn unol â'r cynllun (cyfeiriwch at Ffurflen DSE (SCH) 2, sydd ynghlwm).

Mae'n arfer da dod â phethau eraill y mae angen eu gweld ar gyfer y gwaith i'r un plân gweledol â'r sgrîn arddangos lle bynnag y bo modd, er enghraifft, trwy ddefnyddio deiliad dogfen sydd ynghlwm wrth ochr y sgrîn. Felly, yn y rhan fwyaf o achosion lle mae defnyddiwr angen cyfarpar cywiro arbennig i gyflawni ei waith OSA, bydd presgripsiwn lens sengl yn briodol. Serch hynny, efallai y bydd rhai amgylchiadau lle mae'n ymddangos bod lensys deuol neu amrywiol yn angenrheidiol, er y dylid bod yn ofalus wrth wneud penderfyniad gan y gall fod sgil-effeithiau'n gysylltiedig â defnyddio presgripsiynau aml-ffocal ar gyfer gwaith OSA. Er enghraifft, gall maint llai y rhannau o'r lens arwain at y defnyddiwr yn gorfod symud ei wddf/ben dro ar ôl tro neu i fabwysiadu osgo lletchwith, a allai arwain at boen gwddf. Felly dylai'r defnyddiwr drafod natur y gwaith OSA gyda'r optegydd ac ystyried argymhellion yr optegydd cyn penderfynu pa fath o lens fyddai fwyaf addas.

4.3 Rhaid i ddefnyddiwr sydd angen cyfarpar cywiro arbennig ond sy'n dewis cyfarpar mwy costus na rhai sylfaenol, er enghraifft, gyda fframiau dylunydd/lensys cyffwrdd, neu â thriniaethau dewisol nad oes eu hangen ar gyfer gwaith sgrîn arddangos, neu sy'n penderfynu gwneud trefniadau gydag optegydd heblaw'r rhai sydd wedi'u pennu, dalu unrhyw gostau ychwanegol ei hun.

Y swm i'w ad-dalu fydd y lleiaf o'r canlynol:

(i) cost wirioneddol y cyfarpar cywiro arbennig; neu

(ii) yr uchafswm fel sydd wedi'i nodi o dan y cynllun yma

4.4 Rhaid i'r gweithiwr dalu cost yr holl gyfarpar heblaw am y cyfarpar cywiro arbennig.

## 5. Y CYNLLUN - Y WEITHDREFN I'W DILYN

5.1 Dyma'r weithdrefn i'w dilyn o dan Gynllun HS 11A:

(i) mae'r gweithiwr yn cysylltu â'r rheolwr llinell ac yn gwneud cais i drefnu prawf llygaid ac yntau'n ddefnyddiwr;

(ii) mae'r rheolwr llinell yn cadarnhau statws y gweithiwr (os oes angen, gan gynnal asesiad lle nad oes un eisoes wedi'i gynnal);

(iii) mae'r rheolwr llinell yn mynd drwy ddarpariaethau'r cynllun gyda'r defnyddiwr, gan roi sylw arbennig i Ffurflenni DSE (SCH) 1, DSE (SCH) 2 a DSE (SCH) 3, ac esbonio bod rhaid i gopi o Ffurflen DSE (SCH) 1 fod wedi'i gwblhau gan yr optegydd yn ystod y prawf llygaid;

(iv) mae'r defnyddiwr yn llenwi ffurflen DSE (SCH) 3 a'r rheolwr llinell yn ei hawdurdodi;

(v) mae'r swm awdurdodedig yn cael ei hawlio gan y defnyddiwr drwy weithdrefn briodol y Cyngor ar gyfer hawlio treuliau.

## 6. CYNGOR

6.1 Mae cyngor ynglŷn â gweithredu'r cynllun hwn ar gael gan y Garfan Iechyd a Diogelwch, Adnoddau Dynol, Tŷ Elái, Trewiliam, CF40 1NY. Ffôn 01443 425531.

Neu e-bostiwch iechydadiogelwch@rctcbc.gov.uk

Mae croeso i chi gyfathrebu â ni yn y Gymraeg /

**I'W LLENWI GAN YR OPTEGYDD - ADRODDIAD AR BRAWF LLYGAID A GOLWG**

**ENW'R OPTEGYDD:**________________________________________________

**CYFEIRIAD:**_____________________________________________________

________________________________________________________________

______________________________________________________________

**COD POST:**__________________

**AT: CYNGOR RHONDDA CYNON TAF**

**Parthed:** ________________________________**(ENW'R 'DEFNYDDIWR')**

Rydw i'n gyfarwydd â'r safon a argymhellir gan Gymdeithas yr Optometryddion ar gyfer defnyddwyr Offer Sgrîn Arddangos ac, yn fy marn i: (ticiwch y blwch canlynol priodol)

1. Does dim angen presgripsiwn ar y defnyddiwr uchod ☐
2. Mae angen presgripsiwn ar y defnyddiwr uchod yn benodol ar gyfer defnydd OSA yn unig (h.y. cyfarpar cywiro arbennig) ☐
3. Mae angen presgripsiwn ar y defnyddiwr uchod ar gyfer defnydd cyffredinol (sydd efallai'n cynnwys defnydd o OSA) ☐

**COSTAU**

| | |
|---|---|
| Prawf Llygaid: | £ |
| Cyfarpar Cywiro Arbennig: | £ |
| Cyfanswm: | £ |

Unrhyw sylwadau ychwanegol (gan gynnwys dyddiad ail brawf):

________________________________________________________________

________________________________________________________________

______________________________________________________________

Llofnod ______________________________________ Optegydd

Dyddiad______________________________________

**GWYBODAETH I DDEFNYDDWYR**

Mae trefniadau wedi cael eu gwneud gyda'r optegwyr sydd wedi'u rhestru isod i ddarparu prawf llygaid a golwg a, lle bo angen, 'gyfarpar cywiro arbennig' i'r gweithwyr hynny sydd wedi'u dynodi'n 'ddefnyddwyr' offer sgrîn arddangos. Gall defnyddiwr sy'n dymuno gwneud ei drefniadau ei hun gydag optegydd o'i ddewis wneud hynny ar yr amod nad yw unrhyw hawliad yn fwy na'r uchafswm sydd wedi'i bennu o dan y cynllun yma fel sydd wedi'i nodi isod:

**SPECSAVERS OPTICIANS**

Canghennau: 20b Victoria Square
Aberdâr
Ffôn 01685 875050

65/66 Taff Street
Pontypridd
Rhif Ffôn: 01443 480244

122 Stryd Biwt
Treorci
Ffôn 01443 776415

**A B OPTICIANS**

Canghennau: 13 Commercial Street
Aberdâr
Ffôn 01685 870007

**COSTAU I'W HADENNILL GAN Y 'DEFNYDDIWR'**

1. Prawf Llygaid a Golwg - hyd at uchafswm o £25

2. Darparu Cyfarpar Cywiro Arbennig - hyd at uchafswm o £49.95

Rhaid i'r defnyddiwr dalu unrhyw gostau ychwanegol eraill sy'n fwy na'r uchod.

Mae cynllun y Cyngor yn gofyn bod y defnyddiwr yn talu'r optegydd yn uniongyrchol, ac adennill costau fel treuliau ar Ffurflen DSE (SCH) 3.

**FFURFLEN DSE (SCH) 3**

**I'W LLENWI GAN Y DEFNYDDIWR A'I HAWDURDODI GAN Y RHEOLWR LLINELL**
(ar wahân i lofnodion, defnyddiwch lythrennau bras)

| RHIF STAFF | RHIF CYFLOG | LLEOLIAD |
|---|---|---|
| | | |

CYFENW: ______________________________________________

ENW(AU) CYNTAF: ______________________________________

CYFEIRIAD: ___________________________________________

COD POST: ____________________

CYFADRAN: ____________________________________

DYDDIAD Y PRAWF LLYGAID A GOLWG: ______________________

ENW'R OPTEGYDD A DDEFNYDDIWYD: _______________________

CYFEIRIAD YR OPTEGYDD A DDEFNYDDIWYD: ________________

1. PRAWF LLYGAID A GOLWG: £ ___________

2. DARPARU CYFARPAR CYWIRO ARBENNIG: £___________

**Nodwch: RHAID I'R SWM SY'N CAEL EI HAWLIO BEIDIO Â BOD YN UWCH NA'R UCHAFSWM SYDD WEDI'I BENNU YN Y CYNLLUN YMA (EDRYCHWCH AR DSE (SCH) 2)**

3. CYFANSWM Y GOST: £___________

RYDW I'N ARDYSTIO BOD YR HAWLIAD YMA'N GYWIR AC YN UNOL Â'R CYNLLUN AR GYFER DARPARU PROFION LLYGAID A GOLWG, A FY MOD I WEDI MYND AT YR OPTEGYDD SYDD WEDI'I NODI AM BRAWF LLYGAID A GOLWG. RYDW I'N ARDYSTIO FY MOD I WEDI TALU'R COSTAU UCHOD.

Llofnod: ______________________________ Dyddiad: _______________
HAWLYDD

RYDW I'N ARDYSTIO BOD YR HAWLIAD YMA'N GYWIR AC YN UNOL Â'R CYNLLUN AR GYFER DARPARU PROFION LLYGAID A GOLWG A BOD Y PRAWF YN ANGENRHEIDIOL.

Llofnod: ______________________________ Dyddiad: ________________

SWYDDOG AWDURDODI

**NODWCH: RHAID BOD POB DERBYNNEB YNGHLWM**

## RHESTR WIRIO I REOLWYR

| | ✓ y blychau perthasol | | |
|---|---|---|---|
| | Dd/B | Oes | Nac oes |
| • Oes copi o Bolisi HS11 a'r Cynllun yma HS 11A wedi'u dwyn i sylw'r holl weithwyr sydd wedi'u dynodi'n ddefnyddwyr OSA? | | | |
| • Oes gweithdrefnau ar waith i sicrhau bod defnyddwyr OSA yn derbyn yr holl gostau sydd wedi'u hawdurdodi o dan y cynllun yn brydlon? | | | |
| • Oes cofnodion yn cael eu cadw o bob gweithiwr sy'n ddefnyddiwr sydd wedi cael profion llygaid a golwg a, lle bo'n briodol, wedi cael cyfarpar cywiro arbennig (sbectol)? | | | |
| • Oes gweithdrefnau monitro ar waith i sicrhau bod gofynion y cynllun yn cael eu bodloni? | | | |

Cwblhawyd gan:____________________
(Llofnod)

Enw:__________________
(Llythrennau bras)

Swydd:__________________

Dyddiad:__________________

Cadarnhawyd gan:___________________
(Llofnod)

Enw:___________________
(Llythrennau bras)

Swydd:___________________

Dyddiad:___________________