

Mae'r Daflen Wybodaeth hon yn rhoi arweiniad ar sut i sicrhau diogelwch pob aelod o staff, myfyrwyr a phobl eraill a allai fod angen gyrru ar fusnes sy'n ymwneud â'r Brifysgol. Mae'r ddogfen hon yn ffurfio cyfres o Daflenni Gwybodaeth sy'n cefnogi'r *Safon Polisi Diogelwch Gyrwyr a Cherbydau*.

Gellir dod o hyd i ganllawiau defnyddiol pellach yn y *Llawlyfr Diogelwch Gyrwyr a Theithwyr*.

Cynllunio Taith

Mae'n debyg mai gyrru yw un o'r gweithgareddau mwyaf peryglus yr ydym yn ei wneud yn rheolaidd, ond, oherwydd ein bod yn ei wneud mor aml, yn ôl ac ymlaen i'r gwaith ac adref, mae'n berygl yr ydym yn aml yn ei anghofio. Mae'r ymadrodd '*hierarchaeth rheolaeth*' yn cael ei ddefnyddio'n aml mewn perthynas â rheoli risg. Y lefel gyntaf o reolaeth o fewn y strwythur hwn yw 'dileu' a'r ail yw 'lleihau / amnewid' gyda'r nod gyntaf o gael gwared ar y perygl yn gyfan gwbl neu gyflwyno mesurau i reoli'r perygl, gan leihau risg cysylltiedig yn y broses.

Mae'r canlynol yn amlinellu'r camau rheoli syml y gall Colegau / Gwasanaethau a Gyrwyr eu cymryd i wneud gyrru'n fwy diogel:

1. Osgoi'r Daith / Amllder Teithio

- Os yn bosibl, dylai Colegau / Gwasanaethau hyrwyddo cyfathrebu o bell yn hytrach na theithio ar y ffordd, e.e. ffôn, e-bost neu fideo-gynadledda.
- Os oes rhaid bod yn bresennol yn y cnaud, ystyriwch drafnidiaeth gyhoeddus, e.e. awyren, trêen.
- Os nad oes modd osgoi teithio ar y ffyrdd, gwnewch y mwyaf o rannu ceir er mwyn lleihau nifer y teithiau.
- Trefnwch gyfarfodydd yn llai aml.
- Ceisiwch leihau nifer y bobl sy'n bresennol yn y cyfarfodydd.



2. Lleihau Pellteroedd / Amseroedd Teithio

Mae'r Brifysgol yn argymhell bod Colegau / Gwasanaethau'n gosod terfynau mewnol ar uchafswm pellteroedd i'w teithio bob dydd. Fel rheol gyffredinol, ni ddylai fod yn ofynnol i unrhyw yrrwr yrru'n barhaus am fwy na **2 awr**, heb gael o leiaf **15 munud** o saib, ac ni ddylai bod disgwyl i unrhyw yrrwr yrru am fwy na **6-7 awr** y diwrnod.

Os oes angen i bobl yrru yn ôl ac ymlaen i leoliad gwaith (gan gynnwys mynd i gyfarfodydd), dylech nodi uchafswm milltiroedd dyddiol rhesymol ac ni ddylai bod disgwyl i yrwyr deithio mwy o filltiroedd na hyn. Cefnogwch hyn gyda pholisïau clir sy'n caniatáu aros dros nos, neu sy'n sicrhau y gellir rhannu'r gyrru. Mae hyn yn arbennig o bwysig os yw'r diwrnod yn hir, h.y. gyrru am gyfanswm o 6 awr i fynd i gyfarfod 5 awr o hyd.

3. Rheoli Oriau'r Gyrrwr

Achosir damweiniau'n aml oherwydd blinder gyrrwr, sy'n fwyaf tebygol o ddigwydd ar deithiau hir rhwng 2:00am a 6:00am a rhwng 2:00pm a 4pm (yn enwedig ar ôl bwyta neu yfed hyd yn oed un ddiod alcoholig). Mae teimlo'n "flinedig" yn arafu amser ymateb, effrôwch, y gallu i ganolbwyntio a gwneud penderfyniadau, y mae'r rhain oll yn sgiliau gyrru hanfodol.

4. Optimeiddio Amserlenni

Wrth gynllunio teithiau hir, dylech ganiatáu digon o amser i yrwyr ystyried amodau'r tywydd a thraffig a gallu aros o fewn cyfyngiadau cyflymder. Dylai amserlenni a disgwyliadau leihau'r angen i yrru gyda'r nos ac osgoi'r amseroedd o'r dydd a grybwyllwyd yn flaenorol, pan fydd gywyrwr yn fwy tebygol o syrthio i gysgu wrth y llyw.

5. Aros Dros Nos

Os bydd yn rhaid i yrwyr deithio'n bell ar ddechrau'r dydd, neu os yw'r daith yn debygol o gymryd mwy na phedair awr, dylai Colegau / Gwasanaethau ofyn i yrwyr deithio'r diwrnod cynt ac aros dros nos. Yn yr un modd, ar ddiwedd cyfnod gwaith (*Cynhadledd diwrnod cyfan er enghraifft*) mewn lleoliad anghysbell, dylid gwneud darpariaeth i aros dros nos fel nad oes rhaid i yrwyr yrru pan fyddant wedi blino. *Dylid annog pobl i beidio â gyrru am fwy na chwech i saith awr y dydd a dylid trin hyn fel eithriad yn hytrach na'r norm.*



6. Hyrwyddo Gyrru'n Ddiogel

Disgwylir i Golegau / Gwasanaethau annog pobl i yrru'n ddiogel. Mae hyn yn cynnwys:

- Cyflymderau diogel i sicrhau cydymffurfiaeth â sicrhau nad yw amserlenni perfformiad personol yn annog goryrru.
- Tynnu sylw – peidiwch byth â disgwyl i yrwyr wneud nac ateb galwadau ffôn, anfon negeseuon neu drafod busnes wrth yrru. Nodwch mai dim ond pan fyddwch wedi parcio'n ddiogel y dylid gwneud y gweithgareddau hyn.
- Amhariad – dylid rhoi ystyriaeth i yfed a gyrru a gyrru dan ddylanwad cyffuriau (gan gynnwys meddyginiaethau presgripsiwn a thros y cownter), a ffitrwydd meddygol i yrru (golwg, salwch). Os oes angen i aelod o staff yrru cerbydau'r Brifysgol o dan ei gontract cyflogaeth, efallai y bydd angen cynnal asesiad meddygol rheolaidd drwy'r *Swyddfa Iechyd a Diogelwch*.
- Dylid cynnal gwiriadau cerbyd cyn pob taith i sicrhau bod popeth yn gweithio'n iawn ac yn ddiogel; yn enwedig teiars, goleuadau, sychwyr sgrin wynt a lefel pob hylif.
- Cynllunio taith – rhowch gopi o'r ddogfen '*Llawlyfr Diogelwch Gywyrwr a Theithwyr*' i yrwyr, sy'n cynnwys ystod o wybodaeth ddefnyddiol ac awgrymiadau ar yrru'n ddiogel.

7. Gweithdrefnau Digwyddiadau a Damweiniau

Dylid rhoi cyngor i unrhyw berson sy'n gyrru ar fusnes y Brifysgol sy'n teithio ar ei ben ei hun neu am bellteroedd hir ar beth i'w wneud, a gyda phwy i gysylltu â nhw, mewn digwyddiad / argyfwng. Dylent fod â mynediad at ffôn symudol, ond dylid eu cynghori ar sut i'w ddefnyddio'n ddiogel, a dylent fod â rhifau cyswllt brys priodol y Coleg / Gwasanaeth.

Mae rhif ffôn Swyddfa Ddiogelwch Prif Adeilad y Celfyddydau: 01248 382795 yn rhif defnyddiol i'w gael, yn enwedig os ydych yn teithio y tu allan i oriau gwaith arferol. Os ydych yn gyrru cerbydau wedi'u llogi, dylech fod â rhif y cwmni llogi a'r manylion cyswllt a gynhyrchir gan y Cyflwyniad Yswiriant Cerbyd ar-lein, y dylid ei gwblhau ar gyfer pob cerbyd a logir.

Dylai cerbydau sy'n eiddo i'r Brifysgol (Colegau / Gwasanaethau) ac sy'n cael eu defnyddio i deithio pellter hir fod ag yswiriant 'torri lawr' i sicrhau bod y cerbyd yn cael ei adfer yn ddiogel a bod y gywyrwr yn dychwelyd i'w ganolfan yn dilyn digwyddiad.

Rhaid adrodd am unrhyw ddamwain neu ddigwyddiad wrth yrru ar fusnes y Brifysgol i'r Swyddfa Iechyd a Diogelwch gan ddefnyddio'r *Ffurflen Adrodd am Ddamweiniau / Digwyddiad* safonol. Yn unol â

gweithdrefnau'r Brifysgol rhaid i'r Coleg / Gwasanaeth hefyd ymchwilio i unrhyw ddamwain / digwyddiad sy'n ymwneud â gyrru.

8. Tywydd Drwg Iawn

Ni ddylid annog gyrrwyr i yrru pellter hir gyda'r nos ac mewn tywydd garw; yn enwedig niwl, gwyntoedd cryfion, rhew, eira, llifogydd neu lle mae perygl i yrrwr fynd yn sownd mewn lleoliad anghysbell.

Dylid osgoi gyrru pellter hir yn ystod cyfnodau o dywydd garw, e.e. yng nghanol y gaeaf; yn enwedig pan fydd llai o ffyrdd mawr yn cael eu defnyddio. Byddai hyn yn cynnwys teithiau yn ôl ac ymlaen i Abertawe a Chaerdydd.

Os caiff gyrrwyr eu dal mewn tywydd gwael, dylid argymell aros dros nos heb unrhyw bwysau arnynt i ddechreio i'r ganolfan - hyd yn oed os oes rhaid i gydweithiwr ymgymryd â'u dyletswyddau am y tro.



9. Nodi Llwybrau 'Mwy Diogel'

Dylai Colegau a Gwasanaethau fynnu bod yr unigolion sy'n gyfrifol am gynllunio teithiau (Goruchwylwyr, Rheolwyr Llinell neu yrrwyr eu hunain) yn ystyried:

- Math o ffordd (mae cyfraddau damweiniau ar eu hisaf, er enghraifft, ar draffyrdd a ffyrdd deul), er bod rhaid ystyried dewis a phrofiad personol y gyrrwr bob amser.
- Peryglon (adroddiadau tywydd, gwaith ffordd, 'mannau du' damweiniau ac adroddiadau rhyngurwyd¹).
- Dwysedd traffig (osgoi oriau traffig brig).
- Nodweddion risg uchel fel canolfannau siopa prysur, gwyliau.

10. Monitro Blinder Gyrrwyr

Mae nifer o ffyrdd o fonitro blinder gyrrwyr. Gall rheolwyr drafod y mater gyda'u gyrrwyr yn ystod gwerthusiadau perfformiad neu fel rhan o sgwrs gyffredinol pan fydd y gyrrwr yn dychwelyd.

Er mwyn i wersi gael eu dysgu, dylid annog gyrrwyr i rannu eu profiadau o deimlo'n flinedig wrth yrru gyda'u cydweithwyr a'u Rheolwr Llinell.

11. Cadw Cofnod o Ddefnyddio Cerbydau

Lle defnyddir cerbydau Coleg / Gwasanaeth, dylid cadw cofnod o'u defnydd, er enghraifft manylion y gyrrwr a'r daith. Mae cadw cofnodion o'r fath yn hanfodol pe bai unrhyw ddigwyddiad yn digwydd, yn enwedig os cyflawnir trosedd goryrru y mae angen ymchwilio iddi ymhellach.

¹ Gweler gwefannau megis: www.highways.gov.uk/traffic/.