

CYNNAL

ASESIAD GWEITHFAN OFFER SGRINIAU ARDDANGOS

DISPLAY EQUIPMENT WORKSTATION ASSESSMENT

(Swyddfeydd a Chartrefi Staff)
(Office and Staff's Home)

Enw'r Aelod o Staff :

Enw'r Asewr :

Dyddiad yr Aseu :

Dyddiad Adolygu :



Asesiad Gweithfan Offer Sgriniau Arddangos – Display Screen Equipment Workstation Assessment

Enw / Name	Rhif Cyflog / Pay No.	Lleoliad / Location
Adran / Department Uned / Service	Rheolwr Llinell / Line Manager	Cyfeirnod Aseidiad / Assessment Reference

111Rheswm am Aseu / Reason for Assessment

--

1. Sgriniau Arddangos / Display Screens	Ia / Yes	Na / No	Gweithrediad / Action
1.1 Llythrennau i'w gweld yn glir? / Well defined characters?			
1.2 Llun yn sefydlog (dim fflicro)? Stable image (no flicker)?			
1.3 Modd addasu disgleirdeb/chyferbyniad? Adjustable brightness /contrast?			
1.4 Ydi'r sgrin yn troi a tiltio? Does the screen swivel and tilt?			
1.5 Ydi'r sgrin yn glir o ddisgleirdeb ac adlewyrchiad? Is the screen free from glare?			
1.6 Oes yna orchudd dros y ffenestr ac ydynt mewn cyflwr digonol? Are window coverings in an adequate condition?			
1.7 Ydi'r defnyddiwr yn gwynebu'r sgrin? Is the user facing the screen?			
1.8 Unrhyw fater arall? Any other issue?			

2. Allweddwrdd / Keyboard	Ia / Yes	Na / No	Gweithrediad / Action
2.1 Ydi'r allweddwrdd ar wahan o'r sgrin? Is the keyboard separate from the screen?			
2.2 Ydi'r allweddwrdd yn tiltio? Does the keyboard tilt?			
2.3 Ydi'r llythrennau yn hawdd i'w ddarllen a gyda threfniant da? Are the keys easily readable and with a good arrangement of keys?			
2.4 A yw'n bosibl defnyddio'r allweddwrdd yn gyfforddus? Is it possible to find a comfortable keying position?			
2.5 Unrhyw fater arall? Any other issue?			

3. Llygoden / Mouse	Ia / Yes	Na / No	Gweithrediad / Action
3.1 Ydi'r ddyfais yn addas i'r dasg? Is the device suitable for its task?			
3.2 Ydi'r ddygais wedi ei leoli yn agos i'r defnyddiwr? Is the device positioned close to the user?			

Llygoden / Mouse (parhad / continued...)		Ia / Yes	Na / No	Gweithrediad / Action
3.3	Oes cefnogaeth i'r garddynau a blaen y fraich? <i>Is there support for wrist and forearms?</i>			
3.4	Ydi'r ddyfais yn gweithio'n esmwyth? <i>Does the device work smoothly?</i>			
3.5	Oes modd addasu'r cyflymder? <i>Can the speed be adjusted?</i>			
3.6	Unrhyw fater arall? <i>Any other issue?</i>			
4. Meddalwedd / Software		Ia / Yes	Na / No	Gweithrediad / Action
4.1	Ydi'n addas i'r defnyddiwr a'r dasg? <i>Is it suitable for user and tasks?</i>			
4.2	Unrhyw fater arall? <i>Any other issue?</i>			
AR GYFER GWEITHWYR ADREF YN UNIG / HOME WORKERS ONLY				
4.3	A yw'r staff wedi derbyn digon o gyfarwyddyd i wybod sut i ddefnyddio'r cyfrifiadur, meddalwedd a'r technegau cyfathrebu? <i>Have the staff been given sufficient instruction so that he/she knows how to use the computer, software and communication technologies?</i>			
4.4	Ydi'r trefniadau gartref yn addas i'r defnyddiwr a'r dasg? <i>Are the home arrangements suitable for the user and the task?</i>			
5. Dodrefn / Furniture		Ia / Yes	Na / No	Gweithrediad / Action
5.1	Ydi'r arwyneb gwaith yn ddigonol i'r holl offer? <i>Is the work surface enough for all the equipment?</i>			
5.2	Oes yna ddigon o le i orffwys y dwylo o flaen yr allweddwrdd? <i>Is there sufficient room to rest hands in front of keyboard?</i>			
5.3	Ydi'r defnyddiwr yn medru cyrraedd yr holl offer yn gyfforddus? <i>Can the user comfortably reach all the equipment?</i>			
5.4	Os oes angen daliwr dogfennau, ydi'n agos i'r sgrin, yr un uchder a'r sgrin ac ar ongl cywir? / <i>If a document holder is required is it close to the screen, matching the screen height and at the correct viewing angle?</i>			
5.5	Ydi'r arwynebedd yn rhydd o ddisgleirdeb ac adlewyrchiad? / <i>Are surfaces free from glare and reflection?</i>			
5.6	Ydi gwaelod y cefn wedi ei gefnogi gan cefn y gadair? <i>Is the base of the back supported by the chair's backrest?</i>			
5.7	Ydi'r gadair wedi'i addasu'n gywir? <i>Is the chair adjusted correctly?</i>			
5.8	Oes modd addasu uchder cefn y gadair? <i>Is the seat back height adjustable?</i>			
5.9	Oes modd addasu ongl cefn y gadair? <i>Is the seat back tilt adjustable?</i>			

Dodrefn / Furniture (parhad / continued...)	Ia / Yes	Na / No	Gweithrediad / Action
5.10 Oes modd addasu uchder sedd y gadair? <i>Is the seat height adjustable?</i>			
5.11 A oes 5 caster ar y gadair? <i>Does the chair have 5 casters / glides?</i>			
5.12 Ydi'r breichiau yn llorweddol? <i>Are forearms horizontal?</i>			
5.13 Ydi'r llygaid tua yr un uchder a phen y sgrin? <i>Is the eye line roughly the same height as the monitor?</i>			
5.14 Ydi'r traed ar y llawr gyda ddim gormod o bwysedd o'r gadair ar cefnau'r coesau? <i>Are feet flat on the floor without too much pressure from the seat on the back of the legs?</i>			
5.15 Unrhyw fater arall? <i>Any other issue?</i>			

6. Amgylchedd / Environment	Ia / Yes	Na / No	Gweithrediad / Action
6.1 Oes yna ddigon o le gwaith i newid safle a symudiad? <i>Is there enough room to change position and movement?</i>			
6.2 Ydi'r golau yn addas, dim rhy llachar neu rhy dywyll i weithio'n gyfforddus? <i>Is the lighting suitable, not too bright or dim to work comfortably?</i>			
6.3 Ydi'r aer yn gyfforddus? <i>Is the air comfortable?</i>			
6.4 Ydi lefelau gwresogi yn gyfforddus? <i>Are levels of heat comfortable?</i>			
6.5 Ydi lefelau twrw yn gyfforddus? <i>Are levels of noise comfortable?</i>			
6.6 Ydi ceblau trydan yn daclus? <i>Are electrical cables tidy?</i>			
6.7 A ydych wedi cynnal prawf gweledol ar y ceblau trydan, plygiau a cheblau ymestyn? <i>Have you carried out a visual inspection of the cables, plugs and extension cables?</i>			
6.8 A yw'r llawr mewn cyflwr diogel a heb beryglon baglu? <i>Is the floor in good condition and free from trip hazards?</i>			
6.9 Oes deunyddiau glanhau addas ar gael? <i>Are suitable cleaning materials available?</i>			
6.10 Unrhyw fater arall? <i>Any other issue?</i>			

7. Amgylchedd / Environment	Ia / Yes	Na / No	Gweithrediad / Action
7.1 Pa bryd 'roedd eich prawf llygaid ddiwethaf, a ydych yn ymwybodol o'ch hawl i gael profion llygaid a golwg gan y Cyngor? <i>When was your last eyesight test, and are you aware of your entitlement to have an eyesight test from the Council?</i>			
7.2 Ydych yn cymeryd toriad rheolaidd o'ch gwaith i ffwrdd o'r OSA? <i>Do you take regular breaks away from the DSE?</i>			

Amgylchedd / Environment (parhad / continued...)	Ia / Yes	Na / No	Gweithrediad / Action
<p>7.3 Oes gennych unrhyw broblemau neu anghysur sy'n gysylltiedig â'ch gwaith OSA? (Os oes bydd angen cwblhau cwestiynau 8.1 – 8.4)</p> <p><i>Do you have any problems or discomfort associated with your DSE work? (If yes, complete questions 8.1 – 8.4)</i></p>			

8. Amgylchedd / Environment	Ia / Yes	Na / No	Gweithrediad / Action
<p>8.1 Rhowch fanylion unrhyw broblemau neu anghysur sy'n gysylltiedig â gwaith OSA. <i>Give details of problems or discomfort associated with DSE work.</i></p>			
<p>8.2 Nodwch cyfnod a dyddiadau unrhyw absenoldeb o'r gwaith oherwydd y cyflwr os yn berthnasol. <i>Note the period and dates of any absences from work due to the condition where relevant.</i></p>			
<p>8.3 Pryd ddaru'r symptomau ddatblygu? <i>When did symptoms first develop?</i></p>			
<p>8.4 A oes diagnosis wedi ei wneud gan ymarferwr meddygol, ac os oes pryd? <i>Has a diagnosis been made by a medical practitioner, and if so when?</i></p>			

AR GYFER GWEITHWYR ADREF YN UNIG / HOME WORKERS ONLY

9. Diogelwch ac Argyfwng / Security and Emergencies	Ia / Yes	Na / No	Gweithrediad / Action
<p>9.1 A oes dulliau cyfathrebu ar gael mewn argyfwng? <i>Are there communication means available in an emergency?</i></p>			
<p>9.2 A fydd unrhyw berson arall yn y tŷ, yn ystod oriau gwaith arferol, y gellir galw arnynt pe bae angen? <i>Will there normally be someone else in the house, during the working day that can be summoned for assistance if necessary?</i></p>			
<p>9.3 A yw'r canlynol ar gael yn y cartref : <i>Are the following available in the home :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> · blwch cymorth cyntaf · <i>first aid kit ?</i> · larwm mwg · <i>smoke alarm ?</i> · diffoddwr tân · <i>fire extinguisher ?</i> 			
<p>9.4 A yw'r unigolyn wedi ystyried beth a wna pe bae tân yn cychwyn? <i>Has the worker identified what he/she would do in an event of a fire?</i></p>			
<p>9.5 A yw'r cartref yn ymddangos ddigon diogel – o ran diogelwch yr unigolyn, a'r offer a dogfennau sy'n eiddo i CYNNAL? <i>Do you feel that the house is sufficiently secure – for the security of the individual, and the equipment and documents owned by CYNNAL?</i></p>			
<p>9.6 A yw'r unigolyn yn gwybod pa gamau i'w dilyn ar gyfer adrodd am anafiadau a damweiniau? <i>Does the individual know what procedures to follow to report accidents and injuries?</i></p>			

AR GYFER GWEITHWYR ADREF YN UNIG / HOME WORKERS ONLY (parhad / continued...)

Diogelwch ac Argyfwng / Security and Emergencies	Ia / Yes	Na / No	Gweithrediad / Action
9.7 A yw'r unigolyn yn ymwybodol na ddylid cynnal cyfarfodydd gwaith yn ei gartref? <i>Is the worker aware that he/she should not convene work meetings in the home?</i>			

10. Argymhellion Asesydd / Assessors Recommendations (ticiwch y blychau perthnasol / tick appropriate boxes) ✓

Addasu gweithfan / Adapt workspace	
Argymhell offer newydd / Recommend new equipment	
Argymhell gwasanaeth ffisiotherapi / Recommend physiotherapy service	
Argymhell i'r aelod o staff ymweld a'u meddyg teulu / Recommend that staff member visits GP	
Argymhell i'r aelod o staff ymweld a'u optegydd / Recommend that staff member visits optician	
Cyfeirio'r asesiad at Ymgynghorydd Iechyd a Diogelwch / Refer assessment to Health and Safety Advisor	
Dim / Nothing	

11. Cynllun Gweithredu / Action Plan

Argymhelliad / Recommendation (Rhif cyf / Ref no)	Gweithred / Action	Gan bwy? / By Whom?	Erbyn pryd? / By when?

12. Unrhyw sylwadau ychwanegol. / Any additional comments.

13. Sylwadau yn dilyn adolygiad o'r asesiad. / Comments following review of the assessment.



Enw a Theitl Swydd yr Aseswr / Assessor's Name and Designation :	
Llofnod / Signed :	
Dyddiad / Date :	
Dyddiad yr adolygiad nesaf / Date of next review :	
Arwyddwyd gan y defnyddiwr / Signed by the user :	
Dyddiad / Date :	