

PROTOCOLAU DYCHWELYD I HYFFORDDI'N DDIOGEL CBDC

UWCH (HAEN 3 AC IS)
POB TÎM IEUENCTID, IAU A PHÊL-DROED MINI A
HUDDLE



CYFLWYNIAD

- Prif nod y protocol hwn yw cefnogi clybiau sy'n gysylltiedig â CBDC i ddiogelu iechyd a diogelwch eu chwaraewyr, eu hyfforddwr, eu holl staff a'u gwirfoddolwyr hanfodol er mwyn dychwelyd i hyfforddi;n fwy diogel
- Bydd y protocol hwn yn unol â pholisi a chanllawiau Iechyd Cyhoeddus Cymru ar bob adeg
- Bydd y protocol hwn yn dilyn holl ddiweddariadau Llywodraeth Cymru ar Chwaraeon a hamdden: canllawiau ar gyfer dychwelyd yn raddol a 'Chanllawiau ar gyfer Dychwelyd yn Raddol i gynnal Gweithgarwch wedi'i Drefnu yn yr Awyr Agored'
- Defnyddir y protocol hwn yn unol â holl ddogfennau polisi eraill CBDC gan gynnwys y Polisi Diogelu
- Mae CBDC, yn dilyn canllawiau Llywodraeth Cymru, wedi nodi'r dyddiad dychwelyd i hyfforddi ar gyfer pob clwb i fod ar neu o ddydd Llun 13 Gorffennaf 2020
- Bydd angen i glybiau gadw at brotocolau penodol a chwblhau'r ddogfennaeth angenrheidiol er mwyn gallu dychwelyd i hyfforddi o'r dyddiad hwn
- Ar hyn o bryd, ni chaniateir unrhyw gemau – o fewn clybiau, gemau cyfeillgar na gemau cystadleuol —nes bydd rhybudd pellach
- Mae'r protocol hwn yn ddogfen fyw ac mae'n destun newid yn unol â diweddariadau'r Llywodraeth



CYNNWYS

- Dylchwelyd i Chwarae Pêl-droed Cam wrth Gam
- Cyfrifoldebau Clybiau
- Swyddogion COVID-19 Clybiau
- Rhestr Wirio COVID-19 Clybiau
- Aseiad Risg COVID-19
- Paratoi lleoliadau, cyfleusterau ac offer hyfforddi
- Cyn i chi hyfforddi
- Grwoiau Hyfforddi | Rhifau
- Gweithgarwch hyfforddi
- Sesiynau hyfforddi
- Amserlen hyfforddi
- Cyfrifoldebau hyfforddwyr
- Cyfrifoldebau chwaraewyr a rhieni
- Pêl-droed mimi ac iau
- Camau nesaf

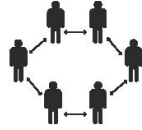


FAW | COVID-19

RETURN TO TRAINING - PHASE 1



Players are permitted to resume low-contact training outdoors with a focus on improving skills and fitness.



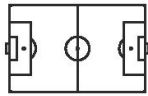
You are allowed to play football in groups of up to 6 people (including coach).



You must continue to stay 2 metres apart, to ensure the safety of others. No contact training will be permitted i.e. no tackling or marking.



Intra-club matches, friendly or competitive fixtures are NOT permitted.



Outdoor training area = 1 football pitch (min. 90x45m) per 30 players and coaches. Sharing of training areas is not permitted between clubs.



Clubs will need to complete a COVID-19 risk assessment before returning to training.

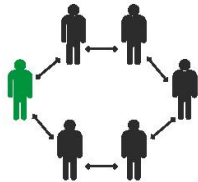


Wash your hands before and after all training. Sharing of equipment should be kept to a minimum and used only when you have to.

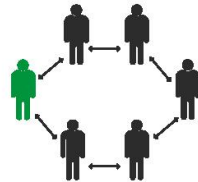


Clubs will need to adhere to FAW Safer Return to Training protocols to resume training. Clubs should also contact their facility provider in advance of returning to train.

TRAINING | 6 PEOPLE INC. COACH



It is allowed for coaches to arrange training sessions that has groups of 6 involved (including coach). Maximum of 5 groups of 6 (total = 30) on 1 training area.



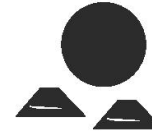
YOU CANNOT TRAIN FOR 14 DAYS IF...



- You have been unwell and felt any symptoms of the flu.
- You have been in contact with someone who has COVID-19 or is feeling symptoms of it.
- You have had any respiratory symptoms; even mild.



FOOTBALL CLUB | HYGIENE



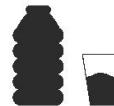
- Make sure that all surfaces and equipment is wiped down before and after each training session.
- Including pitch entry areas and any other high touch points including balls and cones.
- Make sure to always use anti-bacterial disinfectant wipes or soaps when cleaning.
- Hand sanitiser dispensers must be provided around the venue and entry points for all players and staff.



COACHES & PLAYERS | HYGIENE



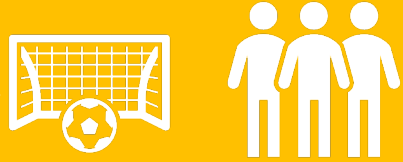
- Wash hands with hand sanitiser immediately before and after training and during scheduled breaks in training.
- Do not spit at any time.
- Do not share drink bottles and players clearly label their own bottle.
- Players to take their training bib or any other items worn/used during training, home to wash individually.
- Clip boards and pens not to be shared.
- Shower at home before and after training.



FOR THE LATEST COVID-19 ADVICE AND INFORMATION, GO TO:
[HTTPS://GOV.WALES/CORONAVIRUS](https://gov.wales/coronavirus)

DYCHWELYD I CHWARAE PÊL-DROED CAM WRTH GAM

CAM 1



HYFFORDDIANT MEWN GRWPIAU
BYCHAIN (GRWPIAU 0-6)

FFOCWS AR WELLA FFITRWYDD A
SGILIAU

ANGEN I GLYBIAU BARATOI A
CHWBLHAU'R DDOGFENNAETH
ANGENRHEIDIOL

CAM 2

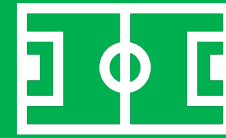


HYFFORDDIANT MEWN GRWPIAU
MAWR
(GRWPIAU 7-16 CADARNHAU)

CYFLWYNO HYFFORDDIANT
CYSWLLT

GLYBIAU I DDIWEDDARU AELODAU
AC ADOLYGU DOGFENNAETH
WEDI'I DIWYGIO

CAM 3



GEMAU A
CHYSTADLAETHAU
CLWB DAN AMODAU

CAM 4



DARPARIAETH PÊL-DROED
HEB GYFYNGIADAU



CYFRIFOLDEBAU CLYBIAU

- Dylai pwyllgorau rheoli clybiau gwrdd i adolygu protocol Dychwelyd i Hyfforddi'n Fwy Diogel CBDC cyn dychwelyd i hyfforddi
- Lle bo modd, dylai'r cyfarfodydd hyn gael eu cynnal yn ddigidol, ond gellir eu cynnal wyneb yn wyneb wrth gadw at ganllawiau cadw pellter cymdeithasol
- Dylai pwyllgorau rheoli fod yn gyfarwydd â phrotocol Dychwelyd i Hyfforddi CBDC cyn unrhyw gyfarfodydd
- Rhaid i bob clwb benodi o leiaf UN Swyddog Covid-19 cyn dechrau dychwelyd i hyfforddi
- Rhaid i glybiau gadarnhau penodiad Swyddogion COVID-19 i CBDC trwy'r rhestr wirio clybiau
- Rhaid i glybiau sicrhau, trwy eu Swyddogion COVID-19 a'u Harweinwyr Gweithredol, bod yr holl hyfforddwyr, rhieni a chwaraewyr yn gwbl ymwybodol o'u cyfrifoldebau
- Dylai clybiau gwblhau Asesiad Risg COVID-19 cyn dychwelyd i hyfforddi
- Rhaid i glybiau ddiweddarau chwaraewyr/hyfforddwyr/rhieni/gwarcheidwaid/gwirfoddolwyr yn barhaus ar y protocol dychwelyd i hyfforddi
- Dylai clybiau gadw cofrestr ar gyfer pawb sy'n cymryd rhan mewn sesiynau hyfforddi at ddibenion olrhain cysylltiadau – dylid casglu enwau a rhifau cyswllt
- Dylai clybiau sicrhau bod hyfforddwyr wedi'u cofrestru ar COMET cyn aildechrau hyfforddi
- Dylai chwaraewyr gael eu cofrestru ar COMET pan fydd y ffenestr cofrestru chwaraewyr yn ailagor
- Dylai clybiau ymgysylltu â'r adnoddau ategol a ddarperir gan Bluefin Insurance



SWYDDOGION CYDYMFFURFIO GLYBIAU COVID-19

Prif swyddogaethau Swyddogion COVID-19 fydd:

- Gweithredu fel Prif Bwynt Cyswllt y clwb mewn perthynas â chyfathrebu â CBDC, yn ogystal ag i glybiau eraill wrth ddychwelyd i chwarae
- Gweithredu a rheoli'r protocolau Dychwelyd i Bêl-droed ar draws y clwb
- Datblygu rhwydwaith o Arweinwyr Gweithredol COVID-19 ar gyfer timau neu rannau o'r clwb h.y. tîm cyntaf, pêl-droed mini, timau iau, merched ac anabledd ac ati a fyddai'n cefnogi wrth weithredu protocolau Dychwelyd i Hyfforddi'n Fwy Diogel CBDC.
- Cyfathrebu a chysylltu ag Arweinwyr Gweithredol COVID-19, swyddogion clwb a hyfforddwyr ar brotocolau a gweithdrefnau Dychwelyd i Hyfforddi'n Fwy Diogel CBDC y mae'n rhaid eu mabwysiadu
- Lledaenu gwybodaeth berthnasol sy'n gysylltiedig â COVID-19 i chwaraewyr a rhieni yn y clwb
- Cydlynu'r broses o gadw cofnodion o bawb sy'n rhan o bob sesiwn hyfforddi at ddibenion olrhain cysylltiadau.

Mae'n ofynnol bod gan Swyddog Cydymffurfiaeth Clwb COVID-19 a benodir i glybiau gyda chwaraewyr bach ac iau dystysgrif DBS ddilys.

Mae disgrifiad o rôl Swyddog Cydymffurfio Clwb COVID-19 ar gael [yma](#)



COVID-19 – RHESTR WIRIO CLYBIAU

Bydd angen i glybiau llenwi rhestr wirio COVID-19 cyn dychwelyd i chwarae.

Dylai'r rhestr wirio gael ei llenwi gan Ysgrifennydd y Clwb a bydd yn cadarnhau bod eich clwb wedi:

- Derbyn ac adolygu protocolau Dychwelyd i Hyfforddi'n Fwy Diogel CBDC
- Penodi Swyddog Cydymffurfio COVID-19 ar gyfer eich clwb
- Cwblhau Aseiad Risg COVID-19
- Rhannu protocolau Dychwelyd i Hyfforddi'n Fwy Diogel CBDC gyda chwaraewyr, rhieni, hyfforddwyr a darparwyr cyfleusterau

Mae'r rhestr wirio ar gyfer clybiau ar gael i'w llenwi [yma](#)



ASESIAD RISG COVID-19

- Rhaid i bob clwb gynnal asesiad risg COVID-19 cyn gallu ail-ddechrau unrhyw hyfforddi a/neu ail-agor unrhyw gyfleusterau
- Os yw clybiau yn defnyddio cyfleusterau preifat, rhaid rhannu'r asesiad risg hwn â darparwr y cyfleusterau a'i ystyried ochr yn ochr ag asesiad risg y darparwr
- Dylai'r clwb gwblhau asesiad risg ar gyfer pob lleoliad hyfforddi y mae timau'r clwb yn eu defnyddio
- Mae'n rhaid adolygu'r asesiad risg yn rheolaidd a sicrhau ei fod yn gyfredol ar bob adeg
- Rhaid i'r asesiad risg fod yn unol â Chwaraeon a hamdden: canllawiau ar gyfer dychwelyd yn raddol Llywodraeth Cymru
- Mae CBDC wedi datblygu canllaw a thempled asesiad risg ar gyfer clybiau sydd ar gael yma



• Paratoi lleoliadau, cyfleusterau ac offer hyfforddi

- Os ydych chi'n berchen ar neu'n rheoli eich cyfleuster eich hun, darllenwch a dilynwch Chwaraeon a hamdden: canllawiau ar gyfer dychwelyd yn raddol Llywodraeth Cymru a chanllawiau perthnasol eraill
- Dylai clybiau a phawb sy'n cymryd rhan fod yn ymwybodol nad yw llacio'r cyfyngiadau yn golygu y bydd yr holl gyfleusterau'n agor ar unwaith - bydd angen amser ar berchnogion a gweithredwyr i ystyried holl oblygiadau agor cyfleusterau, felly byddwch yn amyneddgar
- Os ydych chi'n llogi cyfleuster, gwnewch yn siŵr eich bod chi'n ymwybodol o'r holl weithdrefnau y mae'r perchennog/gweithredwr wedi'u rhoi ar waith i sicrhau diogelwch y defnyddiwr
- Os ydych chi'n defnyddio man cyhoeddus, dilynwch yr holl ganllawiau a byddwch yn barchus tuag at ddefnyddwyr eraill
- Ni ddylid defnyddio ystafelloedd newid – gellir gwneud eithriadau lle mae angen eu defnyddio ar gyfer mesurau diogelwch a diogelu
- Ni ddylid defnyddio unrhyw gyfleusterau cawod
- Dylai cyfleusterau toiled fod yn hygyrch i chwaraewyr a hyfforddwyr
- Dylid glanhau cyfleusterau toiled yn drylwyr cyn y sesiwn hyfforddi gyntaf ac ar ôl y sesiwn hyfforddi olaf yn y lleoliad
- Dylid rheoli capasiti'r toiledau trwy'r mynediad a'r allanfa a chaniatáu ar gyfer cynnal pellter corfforol o 2 fetr
- Dylai glanweithydd (*sanitizer*) dwylo a chynhyrchion glanhau fod ar gael mewn cyfleusterau toiled i'w defnyddio yn ystod sesiynau hyfforddi
- Rhaid glanweithio pob offer hyfforddi – gan gynnwys pyst gôl – cyn ac ar ôl pob sesiwn hyfforddi
- Dylai clybiau ddilyn canllawiau ar lanhau mewn lleoliad nad yw'n un gofal iechyd yma
- Tra bydd hyfforddwyr a chwaraewyr yn cael eu cynghori i ddod â'u glanweithydd dwylo eu hunain, bydd angen i glybiau hefyd ddarparu glanweithyddion dwylo a glynu at fesurau hylendid dwylo llym



CYN I CHI DDECHRAU HYFFORDDI

Mae'n rhaid i chi aros gartef os ydych chi:

- Wedi bod mewn cysylltiad â COVID-19 neu achos o COVID-19 a amheuir yn ystod yr 14 diwrnod diwethaf
- Wedi bod dramor neu wedi dod i gysylltiad â rhywun â COVID-19 yn ystod yr 14 diwrnod diwethaf
- Yn profi symptomau tebyg i ffliw neu'n teimlo'n sâl
- Â thymheredd o 38C neu uwch
- Yn dechrau peswch neu fod yn fyr o anadl yn sydyn
- Yn colli eich synnwyr blasu ac arogl yn sydyn

Rhaid i chi:

- Fod yn gyfarwydd â phrotocolau diogelwch COVID-19 eich clwb
- Sicrhau bod gan eich clwb eich manylion cyswllt diweddaraf
- Os oes gennych chi unrhyw bryderon eraill oherwydd cyflyrau iechyd isorweddol – neu'n byw gyda phobl sydd â chyflyrau isorweddol – trafodwch y pryderon hyn gyda Swyddog Cydymffurfio COVID-19 eich clwb fel rhan o asesiad risg eich clwb

COFIWCH: Efallai y bydd rhai hyfforddwyr a chwaraewyr na fydd yn teimlo'n gyfforddus yn dychwelyd i hyfforddi. Dylai clybiau gyfathrebu â'u holl aelodau cyn iddynt ddychwelyd i hyfforddi fel bod pawb yn ymwybodol o'r protocolau ar waith.



GRWPIAU HYFFORDDI RHIFAU

- Caniateir i glybiau hyfforddi ar neu ar ôl ddydd Llun 13 Gorffennaf2020
- Dim ond ar ôl llenwi Rhestr Wirio'r Clwb a'i dychwelyd at CBDC, ynghyd â'r ddogfennaeth angenrheidiol, y gall clybiau ddechrau hyfforddi
- Dyma'r uchafsymiau:
 - Grwpiau o 6 (1 hyfforddwr : 5 chwaraewr)
 - Uchafswm o 5 grŵp (30 o chwaraewyr a hyfforddwyr) ar 1 maes hyfforddi
- Rhaid i glybiau lynu at bolisiau Diogelu CBDC a pholisiau cysylltiedig eraill, ar bob adeg
- Dim ond staff hanfodol a gaiff fynediad at y maes/ardal hyfforddi

Staff hanfodol= Chwaraewyr, Hyfforddwyr/Cynorthwydd Tîm, Swyddog Cymorth Cyntaf cymwys, Swyddog Cydymffurfio COVID-19/Arweinydd Gweithredol



GWEITHGARWCH HYFFORDDI

- Dylai clybiau ganolbwyntio ar wella sgiliau a ffitrwydd yn ystod gweithgareddau hyfforddi o dan gam 1 o'n cynllun cam-wrth-gam i ddychwelyd i bêl-droed
- Ni chaniateir hyfforddiant cyswllt h.y. taclo neu farcio yn ystod cam 1 wrth i ni ailgyflwyno chwaraewyr i bêl-droed yn dilyn cyfnod hir i ffwrdd o'r gêm
- Mae CBDC wedi cynhyrchu adnoddau gweithgarwch hyfforddi i gefnogi hyfforddwyr i ddarparu gweithgareddau sy'n cadw at ein canllawiau
- Dylai hyfforddwyr ddilyn y canllawiau hyfforddi hyn bob amser
- Mae adnoddau hyfforddi ar gael yma – bydd angen i hyfforddwyr gael eu manylion mewngofnodi ar gyfer Cyrsiau CBDC. Unwaith y byddant wedi mewngofnodi, dylent glicio ar 'Jump to Coach Cymru'



SESIYNAU HYFFORDDI

- Rhaid i isafswm maint yr ardal hyfforddi fod yn 90x45m (cae pêl-droed maint llawn) os ydych yn gweithio gyda 30 chwaraewr a hyfforddwr
- Gellir newid maint yr ardal hyfforddi yn ôl y nifer sy'n cymryd rhan e.e. gyda 15 chwaraewr a hyfforddwr – byddai man hyfforddi hanner cae yn briodol
- Ni ellir rhannu ardaloedd hyfforddi â chlwb arall, ond gall yr ardal gael ei defnyddio gan fwy nag 1 tîm grŵp oedran yn yr un clwb
- Rhaid i'r holl weithgarwch ddigwydd ar y cae neu'r ardal hyfforddi gan ddilyn canllawiau gweithgarwch hyfforddi CBDC
- Rhaid cyfyngu cymaint â phosibl ar gyswllt mewn sesiynau hyfforddi:
 - Dim gafael yn y bêl (heblaw am gôl-geidwaid sy'n gwisgo menig)
 - Dim taflu i mewn
 - Dim ciciau cornel na chiciau rhydd
 - Dim cyswllt â llaw (ysgwyd llaw, pawen lawen ac ati)
 - Ni chaniateir poeri
- Rhaid i chwaraewyr a hyfforddwyr gadw at ganllawiau ar hylendid dwylo bob amser



SESIYNAU HYFFORDDI

Dylai clybiau gynllunio eu gweithgarwch i sicrhau bod y canlynol ar waith:

- Swyddog Cydymffurfio COVID-19 neu Arweinydd Gweithredol y clwb yn bresennol i sicrhau bod grwpiau'n mynd i mewn ac allan o'r cae yn gywir ac yn cadw cofrestr o bawb sy'n cymryd rhan.
- 5 parth hyfforddi unigol ar gyfer pob grŵp (6 chwaraewr a hyfforddwr ar y mwyaf ym mhob parth)
- Man cyfarfod y cytunwyd arno i bob grŵp unigol gwrdd cyn mynd i'r ardal hyfforddi
- Rhaid i bob grŵp adael yr ardal hyfforddi fesul grŵp unigol cyn y gall y grwpiau nesaf ddod i mewn.
- Dylai fod trefn gytunedig ar gyfer grwpiau hyfforddi, e.e .:
 - Grŵp A yn symud i'r 'Parth Coch'
 - Grŵp B yn symud i'r 'Parth Gwyrdd'



AMSERLEN HYFFORDDI

- Rhaid cydlynu mynediad i'r cae neu'r ardal hyfforddi ac oddi arni a dylai'r broses hon ddilyn canllawiau cadw pellter cymdeithasol
- Rhaid i glybiau amserlennu pryd fydd pob grŵp yn cyrraedd a sicrhau bod manau parcio yn cael eu marcio yn unol â hynny.
- Rhaid i grwpiau unigol wybod eu hamser cyrraedd a dylent aros yn y man cyfarfod y cytunwyd arno cyn mynd i mewn i'r cae.
- Rhaid i grwpiau fynd i mewn i'r cae a symud yn syth i'r ardal ddynodedig.
- Rhaid i bob grŵp glirio'r cae 15 munud cyn i'r grwpiau nesaf ddod i mewn.
- Rhaid i grwpiau hyfforddi sy'n dod i mewn aros yn eu ceir neu mewn manau aros penodol nes bod y cae yn glir.

Amserlen enghreifftiol			
Amser hyfforddi	Amser cyrraedd	Amser gorffen	Uchafswm y grŵp ar gae chwarae llawn
6pm	5.50pm	6:40pm	30 (Uchafswm o 5 chwaraewr ac 1 hyfforddwr ym mhob parth hyfforddi)
7pm	6:50pm	7:40pm	30 (Uchafswm o 5 chwaraewr ac 1 hyfforddwr ym mhob parth hyfforddi)
8pm	7:50pm	8:40pm	30 (Uchafswm o 5 chwaraewr ac 1 hyfforddwr ym mhob parth hyfforddi)
9pm	8:50pm	9:40pm	30 (Uchafswm o 5 chwaraewr ac 1 hyfforddwr ym mhob parth hyfforddi)



CYFRIFOLDEBAU HYFFORDDWYR

- Rhaid i bob hyfforddwr fod yn gyfarwydd â phrotocol Dychwelyd i Hyfforddi'n Fwy Diogel CBDC
- Rhaid i bob hyfforddwr, mewn partneriaeth â Swyddog Cydymffurfio COVID-19 ac Arweinwyr Gweithredol y clwb, sicrhau bod pawb sy'n cymryd rhan yn cael eu briffio ar brotocol Dychwelyd i Hyfforddi'n Fwy Diogel CBDC
- Rhaid i hyfforddwyr gyrraedd y sesiwn yn eu cit hyfforddi
- Rhaid i bob hyfforddwr, mewn partneriaeth â Swyddog Cydymffurfio COVID-19 ac Arweinwyr Gweithredol y clwb, lynu wrth brotocol Dychwelyd i Hyfforddi'n Fwy Diogel CBDC trwy gydol y sesiwn hyfforddi.
- Dylai pob hyfforddwr ddilyn canllawiau gweithgarwch hyfforddi a nodwyd gan CBDC ac sydd ar gael yma
- Dylai hyfforddwyr gael eu cofrestru ar system COMET CBDC cyn i'r clwb ddychwelyd i hyfforddi
- Rhaid i hyfforddwyr ddarparu cofrestr o bawb sy'n cymryd rhan ym mhob sesiwn hyfforddi i Swyddog COVID-19 neu Arweinwyr Gweithredol y clwb at ddibenion olrhain cysylltiadau
- Dylai hyfforddwyr ddod â'u glanweithydd (*sanitiser*) dwylo eu hunain
- Rhaid i hyfforddwyr sicrhau bod yr ardal hyfforddi a'r cae yn glir o'r holl offer cyn gadael y cyfleuster



CYFRIFOLDEBAU CHWARAEWYR A RHIENI

- Rhaid i bob chwaraewr a rhiant/gwarcheidwad chwaraewyr dan oed fod yn gyfarwydd â phrotocol Dychwelyd i Hyfforddi'n Fwy Diogel CBDC
- Rhaid i glybiau sicrhau bod holl chwaraewyr a rhieni/gwarcheidwaid chwaraewyr dan oed yn cael eu briffio ar y protocol cyn dychwelyd i hyfforddi
- Cynghorir chwaraewyr a rhieni/gwarcheidwaid er bod yn ymweld â <https://llyw.cymru/coronafeirws> yn rheolaidd i gael y cyngor a'r wybodaeth ddiweddaraf am COVID-19
- Rhaid i chwaraewyr sy'n oedolion gyrraedd y lleoliad hyfforddi ar eu pennau eu hunain neu gall aelod o'r un cartref eu gollwng
- Rhaid i chwaraewyr dan oed gael eu gollwng gan aelod o'r un cartref neu gallant gyrraedd y lleoliad hyfforddi ar eu pennau eu hunain (os yw'n briodol)
- Rhaid i rieni beidio ag aros yn y lleoliad hyfforddi
- Bydd angen cynnwys unrhyw rieni sydd angen aros gyda'u plant o fewn y niferoedd hyfforddi
- Rhaid i chwaraewyr gyrraedd yn eu cit hyfforddi a chyda'u hoffer eu hunain gan gynnwys dŵr (wedi'i labelu â'u henw) a phadiau coesau
- Rhaid i gôl-geidwaid, neu unrhyw chwaraewr sy'n gweithredu fel gôl-geidwad, wisgo eu menig eu hunain
- Dylai chwaraewyr ddod â'u glanweithydd dwylo eu hunain
- Rhaid labelu eitemau personol gydag enw'r chwaraewr a pheidio â'u rhannu
- Rhaid i chwaraewyr fynd â'r holl eitemau personol adref gyda nhw



PÊL-DROED MINI AC IAU

ACHREDIAD CLWB

- DYLLID COFRESTRU HYFFORDDWYR AR COMET
- NI FYDD ANGEN I GLYBIAU FOD WEDI CWBLHAU EU HACHREDIAD CLWB ER MWYN DYCHWELYD I HYFFORDDI

CYMWYSTERAU HYFFORDDIANT

- YN UNOL Â CHYMAREBAU HYFFORDDWR: CHWARAEWR – DYLAI O LEIAF 2 HYFFORDDWR CYMWYS FOD YN BRESENNOL AR BOB MAES HYFFORDDI
- LLE BO MODD, DYLAI HYFFORDDWYR CYMWYS ARWAIN POB SESIWN GRŴP HYFFORDDI BACH
- FODD BYNNAG, OS OES ANGEN, GALL CYNORTHWYDD TÎM GYDA THYSTYSGRIF DBS DRUCHWYLIO GWEITHGAREDD GRŴP HYFFORDDI BACH (5 CHWARAEWR AR Y MWYAF)

CYMORTH CYNTAF

- AR GYFER POB ARDAL HYFFORDDI (H.Y. FESUL GRŴP O 30 O BOBL), BYDD ANGEN I O LEIAF 1 SWYDDOG CYMORTH CYNTAF CYMWYSEDIG CBDC (NEU GYFWERTH CYMERADWY) SYDD Â DBS DILYS FOD YN BRESENNOL
- MAE HWN YN NEWID I'R RHEOLIADAU ACHREDU CLYBIAU PRESENNOL SY'N YMWNEUD Â CHLYBIAU YN DARPARU SWYDDOG CYMORTH CYNTAF CYMWYS FESUL TÎM/CARFAN GRŴP OEDRAN
- FELLY, OS OES GAN GLYBIAU NIFER O GRWPIAU OEDRAN YN HYFFORDDI AR YR UN PRYD YN YR UN ARDAL HYFFORDDI – DIM OND 1 SWYDDOG CYMORTH CYNTAF CYMWYS SYDD ANGEN BOD YN BRESENNOL
- OS YW CLYBIAU'N DEFNYDDIO SAWL ARDAL HYFFORDDI, MAE ANGEN SWYDDOG CYMORTH CYNTAF CYMWYS AR GYFER POB ARDAL HYFFORDDI



PÊL-DROED MINI AC IAU

DIOGELU

- Sicrhewch fod holl swyddogion diogelu'r clwb wedi'u cofrestru ar y system COMET a bod manylion cyswllt ar gael i'r rhai sy'n ymwneud â'r clwb.
- Sicrhewch fod swyddogion COVID-19 yn destun gwiriad DBS dilys a bod eu manylion cyswllt ar gael i bawb sy'n ymwneud â'r clwb.
- Sicrhewch fod manylion cyswllt pob rhiant ar gael i alluogi'r clwb i gysylltu â nhw yn ystod sesiynau hyfforddi. Os bydd chwaraewr yn mynd yn sâl yn ystod y sesiwn neu'n cael anaf, gellir cysylltu â'r rhiant a gofyn iddo/iddi gasglu ei blentyn/phlentyn cyn gynted â phosibl.
- Sicrhewch fod safonau ac arferion diogelu CBDC yn cael eu cynnal a gohiriwch pob gweithgarwch nes y gellir ei ddarparu'n ddiogel, o ran mesurau COVID a diogelu.
- Mae codau ymddygiad CBDC ar gyfer rhieni, hyfforddwyr a chwaraewyr ar gael ar ein gwefan a bydd y rhain yn darparu cefnogaeth ac arweiniad pellach. www.faw.cymru
- Os oes unrhyw bryderon am blentyn, rhowch wybod i swyddog diogelu eich clwb am eich pryder. Mae cysylltiadau defnyddiol eraill yn cynnwys Tîm Diogelu CBDC: 02920 435830 / safeguarding@faw.co.uk neu Linell Gymorth 24 Awr yr NSPCC: 0808 800 5000

Cofiwch mai lles plant sy'n dod gyntaf bob amser.



CAMAU NESAF

- Nodwch O LEIAF un Swyddog Cydymffurfio COVID-19 ar gyfer eich clwb
- Rheolwyr y Clwb i gynnal cyfarfod er mwyn trafod protocolau Dychwelyd i Hyfforddi'n Fwy Diogel CBDC
- Cysylltu â darparwr y cyfleuster os and yw'n eiddo i'r clwb neu'n cael ei reoli gan y clwb
- Swyddogion Cydymffurfio COVID-19 clybiau i rannu Dychwelyd i Hyfforddi'n Ddiogel CBDC gyda
 - Chwaraewyr
 - Rhieni
 - Hyfforddwyr
 - Darparwr cyfleuster (os yw'n berthnasol)
- Cwblhau asesiad risg COVID-19
- Cwblhau Rhestr Wirio COVID-19 CBDC [yma](#)
- Parhau i fonitro [safle COVID-19 CBDC](#)

Dylai clybiau gwrdd yn rheolaidd i drafod gweithredu, asesu risg a'r canllawiau ddiweddaraf

Dylai pob clwb gynnal sesiynau dad-friffio rheolaidd gyda hyfforddwyr, rheolwyr a Swyddogion Cydymffurfio COVID-19 ac Arweinwyr Gweithredol

