

## Comisiwn Coedwigaeth Cymru: Aseiad Risg Amlinellol

Lleoliad: Sawna Penarthur		Gweithgaredd Gwaith/Tasg: Sawna		Dyddiad Cwblhad: .14/4/2010
Rheolwr Gwaith Coedwigaeth:Llofnod: .....		Enw: .....		Dyddiad: .....
Y Perygl	Lleoliad y Perygl	Pwy gall gael ei anafu?	Lefel o risg	Rheolaeth
Anaf personol o ganlyniad i gyflwr/cwyn meddygol anrhagweledig.	Sawna	Cymryd rhan	isel	Pawb sy'n cymryd rhan i ddarllen ac arwyddo'r holiadur. Arweinydd sawna i fod wedi cyflawni ymweliad safle cychwynnol gyda'r rheolwr sawna ac wedi darllen ac arwyddo rheolau diogelwch y safle. Pecyn cymorth cyntaf yn yr adeilad sawna.
Llosgiadau o'r stof sawna	Sawna	Cymryd rhan	canolig	Arweinydd sawna i gael cyfarwyddiadau ar sut i ddefnyddio'r stof. Defnyddiwch fenig wrth lwytho'r pren fewn i'r stof. Gall gwres poeth neu oer aruthrol arwain at benysgafnder - ystyriwch eistedd i ffwrdd oddi wrth y stof.
Blinder gwres/ strôc	Sawna	Cymryd rhan	canolig	Osgowch aros yn rhy hir yn y sawna - cymerwch seibiant estynedig / seibiant bwyta a yfed bob hyn a hyn.
Mynd ar goll	Sawna a'r ardal o amgylch	Cymryd rhan	isel	Gwnewch yn siŵr fod arweinwyr â gwybodaeth o'r ffordd at y sawna a'r ardal o amgylch / osgowch gerdded ar ben eich hunan.

Boddi	plymbwll	Cymryd rhan	isel	Arweinydd i sicrhau fod rhaff ar draws y pwll pan allan o ddefnydd. Pan mae'r pwll mewn defnydd sicrhewch ei fod yn cael ei lanhau a bod neb yn defnyddio'r pwll ar ben eu hunain.
-------	----------	-------------	------	--