



Wales National Pool Swansea  
Pwll Cenedlaethol Cymru Abertawe

## **GWYBODAETH CADW LLE A PHOLISI DERBYN**

- Rhaid cadw lle yn y sesiynau hyn o flaen llaw.
- Gellir gwneud hyn drwy ein porth cadw lle ar-lein neu ap Parc Chwaraeon Bae Abertawe. Rhagor o wybodaeth ar gael ar ein gwefan [Hafan – Parc Chwaraeon Bae Abertawe](#)
- Gallwch hefyd gadw lle drwy ffonio'r dderbynfa ar 01792 513513
- Gall aelodau gadw lle hyd at 7 niwrnod o flaen llaw a gall pobl nad ydynt yn aelodau gadw lle 24 awr o flaen llaw (rhaid talu ar adeg cadw lle).
- I sicrhau tegwch, uchafswm nifer y sesiynau y gall aelodau eu cadw bob wythnos (7 niwrnod) yw 3. Byddwn yn canslo sesiynau pan fydd aelod yn torri ein polisi chwarae teg a gall cwsmeriaid sy'n parhau i dorri'r rheol hon dderbyn rhybudd a gellir atal eu haelodaeth.
- Caniateir un sesiwn bob dydd yn unig.
- Caniateir bwi tynnu a byrddau cicio. Caniateir esgyll a phadlau mewn sesiynau lle mae'r pwll wedi'i rannu ac mae'r ochr 25m ar agor a chaiff lonydd eu dynodi ar gyfer hyn yn yr ochr 25m.
- Hyd y sesiwn (60 neu 90 munud) **yw cyfanswm yr amser yn yr adeilad.** Ni chaniateir mynediad i'r adeilad mwy na 10 munud cyn amser dechrau'r sesiwn i gofrestru, ac mae'n rhaid eich bod chi wedi gadael y pentref newid erbyn diwedd amser eich sesiwn. Bydd yr achubwyr bywyd yn chwythu'r chwiban i glirio'r pwll cyn hyn, h.y. mae eich sesiwn yn cynnwys amser newid a gofynnir i chi adael y dŵr cyn diwedd y sesiwn.
- Defnyddiwch y locer sydd wedi'i baru â'ch ciwbicl (rhoddir rhif ciwbicl i chi yn y pentref newid).
- Os oes angen i chi ddefnyddio'r cyfleuster newid i bobl anabl, y lifft neu'r teclyn codi, cadarnhewch hyn ar adeg cadw lle. Gellir cadw lle am sesiynau nofio hygyrch ac mae'r rhain yn rhoi mynediad i chi i'r ystafell newid. Dylech gadw'r slotiau hyn dim ond os oes angen mynediad i'r cyfleuster arnoch chi.
- Ar gyfer sesiynau i'r teulu, caiff ochr 23m y pwll ei rhannu'n 4. Bydd pob teulu yn derbyn ystafell newid grŵp.
- Bydd WNPS yn cadw manylion eich sesiwn am 28 o ddiwrnodau at ddibenion profi, olrhain a diogelu Cymru. Er nad yw gorchuddion na mygydau wyneb yn brif ffodd o amddiffyn yn erbyn Covid-19, rydym yn gofyn i chi eu gwisgo pan fyddwch yn ardaloedd sych yr adeilad, oni bai fod gennych chi reswm da dros beidio â gwneud hynny. Ni chaniateir gwisgo mygydau yn y pwll.
- Cydnabyddir mai hylendid da a chadw pellter cymdeithasol yw'r ffyrdd gorau o amddiffyn rhag Covid-19. I helpu yn hyn o beth, bydd WNPS yn darparu diheintydd, yn cynnal arferion glanhau trylwyr ac yn cyfyngau ar nifer y bobl sydd yn yr adeilad.
- Byddwn yn anfon e-bost cadarnhau atoch y diwrnod cyn y sesiwn a gadwyd gennych.

- Os oes angen i chi ganslo sesiwn a gadwyd, gofynnwn i chi wneud hyn drwy ymateb i'r e-bost cadarnhau cyn 18.00 neu, yn ddelfrydol, o leiaf 24 awr o flaen llaw.
- O ganlyniad i nifer y bobl nad ydynt yn dod i'w sesiynau yn anffodus, rydym wedi mabwysiadu polisi 3 rhybudd. Os na fyddwch chi'n dod i 3 sesiwn a gadwyd gennych, caiff eich aelodaeth a'ch gallu i gadw sesiynau eu hatal am 14 o ddiwrnodau. Ni fydd ad-daliad nac estyniad aelodaeth yn yr achosion hyn. Bydd methu canslo sesiwn yn unol â'r pwynt uchod yn cael ei drin fel peidio â dod.
- Os oes angen i chi hunan-ynysu ac nid oes modd i chi ddod i sesiwn, rhowch wybod i ni cyn gynted â phosib oherwydd gellir cymryd hyn i ystyriaeth yn yr achosion hyn.

***Mae mynediad yn unol â'r amodau a thelerau a ddiwygiwyd yn unig felly sicrhewch eich bod chi wedi darllen a deall yr wybodaeth isod.***

### Polisi Derbyn

Hoffai WNPS i'w holl gwsmeriaid fwynhau eu profiadau yn ein cyfleuster. Felly, gofynnir i'r holl gwsmeriaid gydymffurfio â'r polisi derbyn ac amodau a thelerau defnyddio.

Mae gan ein holl Achubwyr Bywyd Gymhwyster Cenedlaethol Achub Bywyd mewn Pwll (NPLQ) ac maent yn destun hyfforddiant a phrofion rheolaidd. Dilynwch eu cyfarwyddiadau nhw i gael ymweliad diogel a phlesurus.

### Amodau Cyffredinol

Rhaid dangos cardiau adnabod, gan gynnwys cardiau myfyrwyr, cardiau staff, cardiau aelodaeth WNPS a derbynebaw o'r til gan ddefnyddwyr ar gais staff Pwll Cenedlaethol Cymru Abertawe. Bydd peidio â dangos cerdyn yn arwain at godi ffi ar y defnyddiwr ar y gyfradd lawn am ddefnyddio'r cyfleuster. Gall peidio â dangos derbynneb arwain at godi ffi arall ar y defnyddiwr. Codir ffi o £5.00 fesul cerdyn ar y defnyddiwr am gerdyn aelodaeth newydd os cânt eu colli. Sylwer, bod y pwyslais ar y cwsmer i brofi ei fod yn gymwys am gonsesiwn neu gyfradd PTL.

Mae WNPS yn cadw'r hawl i ofyn am brawf oedran pan fydd unigolyn yn ymddangos ei fod yn hŷn nag 16 oed.

Cynghorir defnyddwyr sy'n dioddef o gyflwr meddygol difrifol maent yn ymwybodol ohono neu sydd wedi'u hanafu i ddweud wrth staff WNPS cyn mynd i'r dŵr.

Er cysur a lles ein holl ddefnyddwyr, ni chaniateir ysmegu na'r defnydd o e-sigaréts unrhyw le yn adeilad WNPS.

Ni chaniateir alcohol na chyffuriau ar fangre'r pwll a gwrthodir mynediad i ddefnyddwyr dan ddylanwad alcohol neu gyffuriau.

Ni chaniateir bwyta nac yfed yn y pwll, yr ardal newid, y coridorau na'r grisiau. Dim ond yn ardal ddynodedig y cafffi a gwerthu bwyd y caniateir bwyta ac yfed.

Ni chaniateir gwm cnoi yn y cyfleuster

Ni fydd iaith anwedus yn cael ei goddef yn WNPS

Os oes gennych chi broblemau/pryderon, siaradwch ag aelod o staff WNPS.

Mae WNPS yn cadw'r hawl i newid y rhaglen ar fyr rhybudd.

Mae WNPS yn cadw'r hawl i wrthod mynediad i unrhyw unigolyn ar unrhyw adeg.

Bydd penderfyniad unrhyw aelod o Dîm Rheoli WNPS yn derfynol os bydd anghytundeb.

Rhaid gadael yr holl eiddo personol mewn ciwbicl neu locer dynodedig neu mewn basgedi wrth ochr y pwll, a chyfrifoldeb y perchennog fydd yr eiddo hwn. Ni fydd WNPS yn atebol am golledion. Ni ddylid cymryd allwedd i loceri oddi ar y safle. Codir ffi am allwedd coll.

Bydd unrhyw eitemau sy'n cael eu gadael yn WNPS (ar wahân i allwedd, ffonau, waledi/pyrsiau a gemwaith) yn cael eu gwaredu ar unwaith. Ni chaiff eitemau gwerthfawr fel a nodwyd uchod eu cadw am fwy na 21 o ddiwrnodau.

### **Goruchwyliaeth mewn sesiynau cyhoeddus**

Yn unol â chanllawiau CIMSPA, rhaid goruchwyllo plant dan 8 oed gan oedolyn cyfrifol ar bob adeg unrhyw le yn WNPS. (Mae hyn wedi cael ei newid ar gyfer Covid-19)

Mae cymarebau defnyddio'r pwll i blant fel a ganlyn:

- Dan 4 oed - 1 Oedolyn i 1 Plentyn
- Dan 13 oed - 1 Oedolyn i 2 o Blant
- Dros 13 oed - Dim angen cwmni oedolyn
- Yr oedran sy'n cael ei dderbyn fel oedran oedolyn yw 16 oed

### **Rheolau Diogelwch**

Ni chaniateir i bobl nad ydynt yn gallu nofio ddefnyddio'r pwll 50m neu'r ochr 25m pan fydd y pwll wedi'i rannu oherwydd dyfnder y dŵr.

Ni chaniateir plymio yn y pwll hyfforddi nac oddi ar y blociau yn y pwll 50m yn ystod amseroedd nofio cyhoeddus.

Caniateir gogls nofio. Fodd bynnag, ni chaniateir y defnydd o fygydau wyneb, snorceli na mygydau wyneb llawn eraill yn ystod sesiynau nofio cyhoeddus, oni bai fod gennych chi ganiatâd ysgrifenedig i wneud hynny.

Ni chaniateir gwydr yn y pentref newid nac wrth ymyl y pwll, e.e. poteli dŵr gwydr, poteli persawr etc.

Ni chaniateir i gwsmeriaid wisgo na gadael esgidiau wrth ymyl y pwll.

Dilynwch y canllawiau nofio mewn lôn yn ddiogel isod:-

- Dilynwch y cyfeiriad a nodwyd ar fwrdd y lôn clocwedd
- Darperir lonydd lled dwbl i gadw pellter cymdeithasol. Nofiwch yng nghanol y lôn gan ddefnyddio'r marc ar lawr y pwll i'ch helpu.
- Byddwch yn ymwybodol o nofwyr o'ch amgylch
- Sicrhewch eich bod chi'n nofio yn y lôn gywir ar gyfer eich gallu/cyflymder a newidiwch lôn os bydd achubwr bywyd yn gofyn i chi wneud hynny
- Dim ond ar ddiwedd y lôn y chaniateir goddiweddyd nofiwr arall. Gadewch i nofwyr cyflymach fynd o'ch blaen
- Os ydych chi'n cymryd saib, rhowch le i nofwyr eraill fynd heibio neu droi. Dylid cadw seibiau'n fyr ac ni chaniateir ymgasglu ar ddiwedd y lôn
- Nid yw nofio mewn ffordd ymosodol, na blocio lôn, yn dderbyniol. Pan fydd unigolyn wedi derbyn rhybudd gan aelod o staff WNPS, os bydd yr ymddygiad yn parhau, gofynnir iddo adael ac ni roddir ad-daliad
- Peidiwch ag eistedd ar raffau'r lonydd
- Peidiwch â mynd i'r pwll neu ddod allan ohono ar ochr y bwrdd sgorio oni bai fod argyfwng
- Gadewch y pwll pan fyddwch yn clywed y chwiban am ddiwedd y sesiwn neu cyn hynny

Yn unol â "Pholisi Diogelu Plant ac Oedolion Agored i Niwedd Pwll Cenedlaethol Cymru Abertawe", ni chaniateir defnyddio offer tynnu lluniau/tynnu lluniau anawdurdodedig unrhyw le yn WNPS. Rhaid cael caniatâd gan y Rheolwr Cyffredinol cyn tynnu lluniau/ffilmio yn yr adeilad.

Mae'r defnydd o ffonau symudol neu ddyfeisiau ffotograffig eraill yn gwbl waharddedig yn y pentref newid.

Os byddwch chi'n clywed larwm, dilynwch gyfarwyddiadau staff WNPS.

Mae'n bosib y bydd staff WNPS yn gwrthod caniatâd i rywun fynd i'r pwll nofio, neu'n gofyn i rywun adael os teimlir ei fod yn berygl diogelwch iddo'i hun neu i ddefnyddwyr eraill.

### **Nofio'n lach**

Gofynnwn i chi gadw i ffwrdd os ydych :-

- wedi profi'n bositif am COVID-19 yn y 10 niwrnod diwethaf
- yn aros am brawf COVID-19 neu ganlyniadau prawf
- yn profi unrhyw un o'r symptomau canlynol
- Peswch newydd, parhaus\*; tymheredd uchel neu dwymyn; Colli, neu newid yn, eich gallu arogleuo neu flasu(\* *Golyga peswch newydd a pharhaus beswch am fwy nag awr, neu dri phwl o beswch neu fwy mewn 24 awr. Os oes gan y claf beswch fel arfer, gallai fod yn waeth na'r arfer*)
- Yn byw gyda rhywun sydd naill ai wedi profi'n bositif am COVID-19 neu wedi cael symptomau o COVID-19 yn ystod yr 14 diwrnod diwethaf
- Y mae angen gosod dan gwarantwr wrth ddychwelyd o daith dramor, yn unol â gofynion presennol Llywodraeth Cymru.

Rydym yn gofyn i chi gyrraedd yn barod i fynd i'r pwll lle bo'n bosib. Golyga hyn ein bod ni'n gofyn i chi gael cawod cyn dod i'r pwll a chyrraedd yn eich gwisg nofio. Rydym am i chi gael cawod cyn mynd i'r dŵr o hyd.

I'n helpu i gynnal yr ansawdd dŵr gorau posib, defnyddiwch y toiled, sicrhewch eich bod chi wedi golchi eich dwylo, tynnwch golur a chymerwch gawod corff cyfan cyn mynd i'r dŵr. Mae hyn yn ein galluogi ni i sicrhau bod ein dŵr o'r ansawdd uchaf, gan leihau'r risg o groeshalugi a lleihau faint o gemegion trin dŵr y pwll y mae'n rhaid i ni eu defnyddio. Mae hawl gennym wrthod mynediad i'r pwll i chi os na fyddwch yn cydymffurfio â hyn.

A wnewch chi beidio â nofio am 48 awr ar ôl bod yn glir o symptomau os ydych chi wedi chwydu neu gael dolur rhydd.

Os ydych chi wedi cael diagnosis o cryptosporidium neu giardia, a wnewch chi beidio â nofio am 14 o ddiwrnodau ar ôl bod yn glir o symptomau neu oni bai fod y prawf yn negyddol.

Rhaid i fabanod a phlant bach wisgo'r cewynnau nofio priodol. Mae WNPS yn argymhell defnyddio'r system dau gewyn. Golyga hyn wisgo'r cewyn nofio sy'n addas i'r dŵr a gwisgo gorchudd cewyn nofio drosto. Ni ddylid mynd ag unrhyw fabi na phlentyn ifanc iawn sy'n dioddef o chwydu neu ddolur rhydd i nofio nes ei fod yn glir o symptomau am 48 awr.

Dylai cwsmeriaid ag esgidiau llawn baw geisio cael cymaint o'r baw oddi ar eu hesgidiau â phosib cyn mynd i'r pentref newid. Ni chaniateir gwisgo esgidiau llawn baw yn yr ardaloedd cawod dan unrhyw amgylchiadau.

### **Cymhorthion Nofio a Chyfarpar Chwarae**

Ac eithrio mewn sesiynau sydd wedi'u goruchwyllo, ni chaniateir i unrhyw berson y mae angen defnyddio cymhorthion nofio/cymhorthion arnofio arno gael mynediad i'r pwll 50m, neu'r ochr 23m pan fydd wedi'i rannu, lle mae'r dyfnder yn 2m

Mewn sesiynau i deuluoedd, caniateir cyfarpar chwarae glân i'w defnyddio mewn pyllau nofio, megis peli dŵr bach, caniau/cwpanau dŵr, teganau chwistrelli dŵr, woglau dŵr, teganau plymio, eitemau sy'n arnofio ar yr amod nad ydynt yn cael eu defnyddio mewn ffordd sy'n creu anghyfleusterau neu niwsans i gwsmeriaid eraill. Nid yw WNPS yn darparu cyfarpar ar hyn o bryd.

Ni chaniateir eitemau chwyddadwy o gwbl, ar wahân i'r rhai hynny a ddyluniwyd fel cymhorthion arnofio.

### **Dillad nofio**

Yn ddelfrydol, dylai'r dilladau sy'n cael eu gwisgo yn y pwll fod wedi'u dylunio ar gyfer pwll nofio, i'w defnyddio'n benodol mewn pwll nofio neu fod yn addas at ddiben nofio mewn pwll; Dylent fod o ddefnydd addas; Ni ddylent fod yn amharchus i bobl eraill; a dylent fod yn lân, yn ddiogel ac yn annhebygol o roi'r defnyddiwr neu eraill mewn perygl.

### Maes parcio

Rhaid i yrwyr lynu wrth y terfyn cyflymder o 15mya ym maes parcio Pwll Cenedlaethol Cymru Abertawe.

Rhaid parcio cerbydau mewn lleoedd parcio dynodedig ym maes parcio talu ac arddangos WNPS a rhaid dangos tocyn neu hawlen ddilys.

Ni chaniateir parcio/aros yn y cilfachau i gerbydau brys, yr iard gwasanaethau yn y cefn nac ymylon neu ar linellau melyn dwbl.

### POLISI GWAHARDD

Er mwyn cynnal amgylchedd diogel a chyfforddus ar gyfer holl ddefnyddwyr a staff WNPS, mae'n rhaid i'r holl ddefnyddwyr (gan gynnwys cwsmeriaid, staff a thenantiaid) lynu wrth amodau a thelerau defnyddio'r cyfleuster a gyhoeddwyd (gan gynnwys y polisi derbyn a'r amodau a thelerau archebu).

Defnyddir y polisi hwn pan fydd un achos difrifol o ymddygiad afresymol neu annerbyniol gan ddefnyddiwr, neu pan fydd defnyddiwr yn ymddwyn mewn modd afresymol dro ar ôl tro. Mewn rhai achosion, bydd nifer fawr neu natur gweithgareddau rhai defnyddwyr yn golygu y cânt eu hystyried yn 'barhaus' neu'n 'flinderus'. Hefyd, defnyddir y polisi pan ystyrir bod defnyddwyr wedi torri'r Amodau a Thelerau defnyddio.

Mae'r gweithredoedd sy'n annerbyniol yn nhyb WNPS yn cynnwys popeth a restrir isod ond nid ydynt yn gyfyngedig i'r rhain:

- Gweithredoedd neu fygythiadau o drais neu ymosod
- Methu dangos parch yn gyson wrth ddelio â staff neu ddefnyddwyr eraill
- Ymddwyn mewn ffordd fygythiol neu ymosodol
- Gwneud sylwadau maleisus, diangen neu ddifriol
- Gwneud sylwadau sy'n ymwneud â nodwedd sydd wedi'i diogelu yn unol â diffiniadau Deddf Cydraddoldeb 2010;
- Parhau i geisio dilyn mater, naill ai yn ystod archwiliad gan Bwll Cenedlaethol Cymru Abertawe neu ar ôl i'r mater gael ei ddatrys gan Bwll Cenedlaethol Cymru Abertawe.
- Ceisio canlyniad afrealistig a pharhau i wneud hynny er gwaethaf cael gwybod yn glir am y cyfiawnhad ar gyfer y penderfyniad.
- Peidio â chydymffurfio â gweithdrefnau diogelu rhag Covid sydd wedi'u rhoi ar waith gan WNPS
- Peidio â dilyn cyfarwyddiadau rhesymol aelod o dîm WNPS.

Camau i'w cymryd

- 1) Yn achos toriad cyntaf, caiff holl fanylion y digwyddiad eu cofnodi a rhoddir "**Rhybudd Llafar Swyddogol**" i'r defnyddiwr a gofynnir iddo newid ei ymddygiad.
- 2) Os bydd toriad gan yr un defnyddiwr am yr eildro, hyd yn oed os bydd y digwyddiad yn wahanol ei natur i ddigwyddiad blaenorol, cofnodir yr holl fanylion fel yn 1). Yna bydd y Rheolwr Cyffredinol neu ei gynrychiolydd yn cysylltu â'r defnyddiwr, yn ysgrifenedig,

ymhen 7 niwrnod gwaith o'r digwyddiad. Bydd hyn yn ffurfio "Rhybudd Ysgrifenedig Swyddogol".

- 3) Cofnodir trydydd toriad gan yr un defnyddiwr, hyd yn oed os bydd yn wahanol ei natur i'r digwyddiadau blaenorol, fel yn 1). "Yna rhoir gwybod i'r defnyddiwr ei fod wedi'i wahardd o'r cyfleuster". Bydd y Rheolwr Cyffredinol neu ei gynrychiolydd yn cysylltu ag ef ymhen 7 niwrnod gwaith ar ôl cael ei wahardd, gan gadarnhau'r rheswm dros ei wahardd a'r telerau yn ysgrifenedig.

Mae WNPS yn cadw'r hawl i wahardd defnyddiwr ar unwaith os bydd ef, yn nhyb staff WNPS, yn peri risg ddifrifol i iechyd a diogelwch ei hun, defnyddwyr eraill, staff WNPS, yn torri unrhyw un o amodau a thelerau defnyddio WNPS neu yn ymddwyn mewn ffordd y mae'r Rheolwr Cyffredinol neu ei gynrychiolydd yn ystyried ei fod yn andwyol i weithredu a defnyddio WNPS. Bydd y Rheolwr Cyffredinol neu ei gynrychiolydd yn cysylltu â'r defnyddwyr sydd wedi'u gwahardd, yn ysgrifenedig, o fewn 7 niwrnod gwaith o'r gwaharddiad, gan amlinellu'r rhesymau dros y gwaharddiad a'r telerau perthnasol.

Mae WNPS hefyd yn cadw'r hawl i gysylltu â'r heddlu a rhoi gwybod am ddigwyddiad(au).

Efallai bydd sefyllfaoedd lle gallai fod ymddygiad afresymol oherwydd cyflyrau iechyd. Mae WNPS yn ymroi i wneud pob ymdrech i roi cymorth priodol wrth sicrhau diogelwch a lles ei staff a'i ddefnyddwyr.

Gallai ymddygiad afresymol parhaus neu ymddygiad hynod afresymol arwain at wrthod cysylltu â'r defnyddiwr ymhellach ar unrhyw fater.

***Mae gan y Rheolwr Cyffredinol, neu ei gynrychiolydd, yr hawl, ym mhob sefyllfa, i wahardd defnyddiwr***

***Fel arfer, bydd gwaharddiadau yn para am hyd penodol, ond mewn achosion eithafol gallent fod yn barhaol. Pennir hyd pob gwaharddiad fesul achos. Mae gan y Rheolwr Cyffredinol, neu ei gynrychiolydd, yr hawl i ddiffinio hyd gwaharddiad a allai fod am gyfnod cyfyngedig neu'n barhaol.***

#### **Y WEITHDREFN APELIO**

Os bydd y defnyddiwr sydd wedi'i wahardd am apelio yn erbyn penderfyniad y Rheolwr Cyffredinol neu ei gynrychiolydd i'w wahardd, mae ganddo'r hawl i apelio i Gadeirydd Bwrdd Pwll Cenedlaethol Cymru Abertawe.

- 1) Rhaid hysbysu Cadeirydd Pwll Cenedlaethol Cymru Abertawe am apêl, drwy WNPS, ymhen 15 niwrnod ar ôl cael ei hysbysu am y gwaharddiad.
- 2) Bydd y Cadeirydd ac un aelod o Fwrdd Pwll Cenedlaethol Cymru Abertawe yn ystyried ei apêl cyn gynted â phosibl a byddant yn ysgrifennu at y defnyddiwr i'w hysbysu am y penderfyniad.
- 3) Bydd penderfyniad Cadeirydd Pwll Cenedlaethol Cymru Abertawe yn derfynol, ac nid oes hawl i apelio eto.

Mae gan y Cadeirydd y disgresiwn i bennu hyd y gwaharddiad ac adolygu gwaharddiad o dan amgylchiadau sy'n briodol yn nhyb y Cadeirydd

