CYNLLUN DYSGU A DATBLYGU CORFFORAETHOL 2022-23

CYSYLLTWCH â NI
hyfforddiant@conwy.gov.uk
01492 576322 / 6126

GWIRIO ARGAELEDD AC ARCHEBU

drwy Hunan Wasanaeth iTrent neu drwy eich Swyddo Cyswllt Hyfforddiant Adrannol

Cychwynnwch eich chwiliad am gwrs gyda CTD neu CHS ar gyfer digwyddiadau dysgu Iechyd a Diogelwch

Bydd dyddiadau digwyddiadau dysgu yn cael eu darparu ar-lein yn bennaf,, ac eithrio Iechyd a Diogelwch Hanfodol a fydd yn cymryd lle mewn amgylchedd wyneb yn wyneb yn Ystafell Hyfforddiant, Coed Pella.

Byddwch y derbyn gwahoddiad calendr i gadarnhau yr holl fanylion cyn y digwyddiad dysgu. Bydd hyn yn cynnwys dolen i ymuno â'r amgylchedd ar-lein.

Rydym yn gweithio mewn awyrgylch sy’n newid a sy’n gofyn llawer. Ein gweledigaeth yw i fod yn flaengar o ran rheoli newid a defnyddio hynny i greu cyfleoedd.

Conwy – Sir flaengar sy’n creu cyfleoedd

Ym mhopeth rydym yn ei wneud rydym eisiau bod yn flaengar a chreadigol fel y gallwn sicrhau fod y nifer uchaf posibl o gyfleoedd ar gael yn ein cymunedau yng Nghonwy.

Y Ffordd Rydym yn Gweithio - Ein Gwerthoedd

Mae ein gwerthoedd yn cynrychioli cred ein sefydliad a’r ymddygiad disgwyliedig gan bawb sy’n gweithio i Gyngor Bwrdeistref Sirol Conwy.

Rydym yn ymfalchïo yn ein gwaith

Rydym yn arloesol

Rydym yn deg â phawb

Rydym yn gweithio fel tîm

I’ch helpu i gyflawni’r uchod, rydym wedi gosod Cynllun Dysgu a Datblygu Corfforaethol eleni ochr yn ochr â’n Cynllun Corfforaethol a’r deilliannau Dinasyddion.

Gellir canfod y rhain drwy’r eiconau corfforaethol.

CYNNWYS

2 - Croeso i Gonwy
3 - Iechyd, Lles a Chyllid
4 - Datblygu Sgiliau Gweithio
5 - Datblygu Sgiliau TG , Sgiliau Yn Ymwneud Â’r Iaith Gymraeg, Gweithdai Llywodraethu
6 - Datblygu ein Rheolwyr
7 - Cefnogi ein Rheolwyr
8 - Cefnogi ein Rheolwyr
9/10 - Adnoddau Ar-lein
11/12- Gweithio’n Ddiogel
13 - Annog Ffordd o Fyw Iach

CROESO I GONWY

Mae'r gyfres isod o gyrsiau cyflwyno a modiwlau e-ddysgu yn orfodol ar gyfer pob gweithiwr newydd er mwyn cyflwyno 'Tîm Conwy' iddynt a'u helpu i ddeall ein diwylliant, ein gwerthoedd, y gwasanaethau rydym ni'n eu darparu i'n cymuned a sut i weithio'n ddiogel. Maent wedi eu cynllunio i gyd-fynd â'r Cyflwyniad Sefydlu Adrannol ac mae'n rhaid iddynt gael eu cwblhau cyn diwedd y cyfnod prawf.

Cyflwyniad Sefydlu Corfforaethol

Yn cael ei adolygu ar hyn o bryd, yn y cyfamser mae'r holl ddechreuwyr newydd yn derbyn e-bost i'w croesawu gyda gwybodaeth yn ymwneud â chynnwys y Cyflwyniad Sefydlu Corfforaethol.

Cyflwyniad Iechyd a Diogelwch Corfforaethol

Mae'n ofynnol cwblhau a dychwelyd Llyfr Gwaith Codi a Symud yn Gorfforol a holiadur cyn mynychu elfen wyneb yn wyneb o'r Cyflwyniad.

Mae'r modiwlau e-ddysgu hyn yn cael eu cynnal ar y platfformau dysgu canlynol:

learning@wales

CCBC Learning

Modiwl E-ddysgu Gorfodol

- **Trais yn erbyn Merched, Cam-drin Domestig a mathau eraill o Drais Rhywiol**
- **Diogelu Grŵp A**
- **Caethwasiaeth Fodern**
  I'w adnewyddu bob 3 mlynedd
- **Y Rheoliad Diogelu Data Cyffredinol (GDPR) a Deddf Diogelu Data 2018**
  I'w adnewyddu bob 2 mlynedd
- **Ymwybyddiaeth Cydraddoldeb a Hawliau Dynol**
  Mae sesiynau grŵp ar gael ar gyfer staff sydd heb fynediad at gyfrifiadur
- **Cyfarpar Sgrin Arddangos**
  Ar gyfer pawb sy'n defnyddio Cyfarpar Sgrin Arddangos
- **Ymwybyddiaeth Diogelwch Seiber**
  Defnyddwyr TG yn unig, I'w adnewyddu bob 2 mlynedd
- **Safonau Diogelu Data'r Diwydiant Cardiau Talu (SDD DCT)**
  Iar gyfer pob aelod o staff sy'n gyfrifol am brosesu taliadau cardiau debyd/credyd
  TI'w adnewyddu bob 1 mlynedd
- **Rhannu Pryderon ar gyfer Rheolwyr**
  Gorfodol i'r holl reolwyr

IECHYD, LLES A CHYLLID

Mae CBSC yn cydnabod y cysylltiadau cryf rhwng iechyd a lles da a’r gallu i fynychu gwaith a chyflawni eich rôl yn effeithiol, gan gydnabod bod gweithwyr yn darparu gwell gwasanaethau i'r cyhoedd pan maent yn teimlo'n dda.

Mae safle Mewnrwyd Iechyd a Lles Conwy yn Malio yn cynnwys gwybodaeth ddefnyddiol ac addysgiadol i’ch helpu i ofalu am eich iechyd a'ch lles eich hun a'ch teulu a'ch ffrindiau.

Mae Rhaglen Cymorth i Weithwyr Care First yn cynnig cwnsela, gwybodaeth, cyngor a chymorth ar unrhyw faterion yn ymwneud â gwaith neu faterion personol. Mae’r gwasanaeth ar gael i chi a’ch perthnasau agosaf.

MAE EIN HOLL DDIGWYDDIADAU IECHYD, LLES AC ARIANNOL YN CAEL EU DARPARU GAN DDARPARWYR ALLANOL:

Cefnogi eich Iechyd Meddwl a’ch Lles

Deall Pwnc Sensitif Hunanladdiad

Datblygu Cadernid Personol

Cynllun Pensiwn Llywodraeth Leol

Seminar Cyn Ymddeol

Seminar Cynllunio Ariannol ar Ganol eich Gyrfa

Newydd ar 2022-23

Ymwybyddiaeth o’r Menopos ar gyfer Cydweithwyr

Ymwybyddiaeth o’r Menopos ar gyfer Rheolwyr Atebol

Ymwybyddiaeth o Gyfeillion Dementia

Cinio a Dysgu - Adnoddau Menopos Ar-lein

DATBLYGU SGILIAU GWEITHIO

Amrywiaeth o ddigwyddiadau ar gael yn cynnwys prosesau gwaith a thestunau personol i gefnogi eich siwrnai ddatblygu.

.

SESIYNAU ESPRESO AR GYFER STAFF

joch bach o ddatblygiad!

Bydd 3 sesiwn fywiog yn cael eu cyflwyno mewn un diwrnod, gyda'r dewis o fynychu'r dair sesiwn neu dim ond y rhai sydd fwyaf addas i'ch anghenion chi.

Gwella'r Gallu i Flaenoriaethu

Dylanwadu'n Effeithiol

Cynyddu Effeithiolrwydd Personol

DARPERIR GAN DDARPARWYR ALLANOL:

Yr Agenda 'Atal' yng Ngogledd Cymru

Y Grefft o Fod yn Wych

Ail ganolbwyntio ar eich cwsmer

Gwasanaeth Cwsmer

Symud eich Hyfforddiant Ar-lein

Hyfforddi'r hyfforddwr, sut i ddarparu hyfforddiant ysgogol ar-lein

DARPERIR GAN WASANAETHAU MEWNOL:

Llwyddo yn Eich Cyfweliad

Contractau a Chaffael

Asesiad o'r Effaith ar Gydraddoldeb

Ymgysylltu â'r Gymuned

Nam ar y synhwyrau

Mae yna hefyd fodiwl e-ddysgu Ymwybyddiaeth o Fyddardod ar gael i bob aelod o staff ar blatfform learning@wales

DATBLYGU SGILIAU TG

Cyflwyniad i Microsoft Teams

Argymhellir ar gyfer dechreuwyr newydd ac unrhyw un sydd eisiau gloywi eu gwybodaeth sylfaenol.

Cyfryngau Cymdeithasol

Mae'r digwyddiad yma ar gyfer unrhyw un sydd yn rheoli ac yn creu cynnwys ar gyfer y Cyfryngau Cymdeithasol.

DYSGU HUNANGYFEIRIEDIG:

Defnyddio Microsoft Office

i gael gafael ar amrywiaeth o adnoddau e-ddysgu; Word, Excel, PowerPoint, Outlook

Cyflwyniad Sylfaenol i Sgiliau TG

Mae cyrsiau Oedolion a Chymunedol ar gael drwy Grwp Llandrillo Menai

Datblygu Sgiliau Cyffyrdd-deipio

am gwrs ymarferol syml i ddatblygu eich cyflymder, eich cywirdeb a'ch sgiliau.

'Snipping Tool'

Mynediad at ganllawiau

DATBLYGU SGILIAU YN YMWNEUD Â'R IAITH GYMRAEG

I gael cymorth a chyngor am gyfleoedd dysgu anffurfiol, ewch i'r **dudalen Cymraeg yn y Gweithle ar y Fewnrwyd** neu cysylltwch â cymraeg@conwy.gov.uk / 01492 576081

Cliciwch yma i gael gwybodaeth am Gymraeg Clir a Plain English.

Sicrhewch eich bod yn hysbysu Swyddog Cyswllt Hyfforddiant eich Adran o'ch presenoldeb mewn unrhyw ddigwyddiadau hyfforddi nad ydynt wedi cael eu trefnu fel rhan o'r Cynllun Dysgu a Datblygu Corfforaethol. Mae hyn er mwyn sicrhau y gellir cofnodi eich dysgeidiaeth ar iTrent.

GWEITHDAI LLYWODRAETHU

Egluro'r Broses o Reoli Prosiectau

Presenoldeb yn hanfodol cyn Prince 2

Rheoli Risg

Proses Gwneud Penderfyniadau Democrataidd Conwy

Cysylltwch â Sian.Williams@conwy.gov.uk os byddai'ch Gwasanaeth chi'n elwa o drosolwg yn ystod y Cyfarfodydd Rheolwyr Gwasanaeth

System Rheoli Perfformiad CAMMS

(gan gynnwys Cynllunio Gwasanaeth)

Rydym yn cynnig agweddau amrywiol o hyfforddiant gan gynnwys sut i lywio drwy CAMMS, diweddaru eitemau yr ydych yn gyfrifol amdanynt, a sut mae amcanion a chamau gweithredu unigol, gwasanaeth a Chorfforaethol yn cysylltu â'i gilydd.

Er mwyn trefnu sesiwn, cysylltwch â:
camms.administrator@conwy.gov.uk

DATBLYGU EIN RHEOLWYR

Rydym yn argymell bod yr holl Reolwyr / Arweinwyr Tîm / Goruchwylydd sydd newydd eu penodi yn mynychu'r gweithdai ymwybyddiaeth o bolisi a gynhwysir yma.

DARPERIR YMWYBYDDIAETH POLISI GAN AD:

...darperir hefyd drwy gyfrwng y Gymraeg. Trefnir ar gais. Er mwyn mynegi eich diddordeb anfonwch e-bost at: training@conwy.gov.uk

Recriwtio Diogel i Reolwyr
Canolbwyntio ar Ddiogelu

Rheoli'r Broses Galluogrwydd

Rheoli Presenoldeb

Rheoli'r Broses Ddisgyblu

Sut i Reoli Cwynion

DARPERIR GAN WASANAETHAU MEWNOL:

Cyllid ar gyfer Rheolwyr nad ydynt yn Rheolwyr Cyllidol

Newydd ar 2022-23
7 o Arferion Pobl Sy'n Hynod o Effeithiol

DARPERIR GAN DDARPARWYR ALLANOL:

Cyfarfod Sefydlu i Reolwyr Newydd

Beth Os, Arloesi nid Chwyldro

Rheoli Iechyd Meddwl a Lles yn y Gweithle
Cefnogi cyflwyno ein Polisi Iechyd Meddwl a Lles

CEFNOGI EIN RHEOLWYR

Bydd **'Sgwrs Conwy'**, ein Fframwaith Rheoli Perfformiad newydd a fydd yn disodli'r broses PDR, yn cael ei gyflwyno yn fuan ar draws yr Awdurdod.

Er mwyn cefnogi rheolwyr mae gennym y digwyddiadau dysgu canlynol, sesiynau espreso a phlatfform dysgu digidol newydd a fydd yn galluogi rheolwyr i ddatblygu eu sgiliau hyfforddi ar draws ystod o feysydd. Mae'r platfform ar-lein sy'n golygu y gellir cael mynediad ar unrhyw adeg sy'n gyfleus.

Bydd datblygu sgiliau hyfforddi yn darparu offer, technegau a dulliau y gall reolwyr eu defnyddio er mwyn teimlo'n hyderus wrth gynnal sgyrsiau rheolaidd gyda gweithwyr.

SESIYNAU ESPRESO

Joch bach o ddatblygiad!

Bydd 3 sesiwn fywiog yn cael eu cyflwyno mewn un diwrnod, gyda'r dewis o fynychu'r dair sesiwn neu dim ond y rhai sydd fwyaf addas i'ch anghenion chi.

Ysgogi Unigolion i Berfformio'n Uchel

Darparu Adborth yn Gadarnhaol

Cymell Sgyrsiau Hyfforddi

Sgiliau Hyfforddi ar gyfer Rheolwyr

Arwain Timau sy'n Gweithio o Bell

darperir y ddau ddigwyddiad mewn un diwrnod dros 2 sesiwn 2 awr

COACHING CULTURE

Platfform dysgu digidol NEWYDD 'Diwylliant Hyfforddi'

Mae'r modiwlau sydd ar gael yn galluogi rheolwyr i ddatblygu eu sgiliau hyfforddi ar draws ystod o feysydd a fydd yn tanategu fframwaith Sgwrs Conwy.

Diwylliant Hyfforddi | Platfform

Bydd yr holl reolwyr yn derbyn e-bost croeso gyda manylion mewngofnodi.

ILM / PEARSONS CYMWYSTERAU

Rydym yn parhau i weithio mewn partneriaeth â Grŵp Llandrillo Menai i ddarparu rhaglenni mewn Rheoli. Bydd y cymwysterau yn cael eu darparu drwy ddull dysgu cymysg yn y gwaith gyda fframwaith prentisiaeth.

Bydd gweithwyr yn cyflawni'r modiwlau drwy ennill ac arddangos sgiliau yn y gweithle a gan ddangos tystiolaeth o'r rhain drwy bortffolio o dystiolaeth. Bydd gweithwyr yn cael cymorth gan Ymgynghorydd Dysgu a fydd yn cyfarfod pob gweithiwr yn eu man gwaith yn ôl y galw. Mae hyn yn galluogi'r gweithwyr i weithio ar gyflymdra sy'n briodol iddynt hwy a'u hamgylchiadau.

Bydd gan Reolwyr Atebol ran ganolog i'w chwarae o ran cefnogi gweithwyr sy'n cychwyn ar yr hyfforddiant, gyda'r disgwyl i'r rheolwr atebol allu helpu canfod cyfleoedd i'r gweithiwr ennill profiad mewn meysydd nad ydynt, o bosib, yn rhan uniongyrchol o'u swydd. Byddant hefyd yn cynnig cymorth hyfforddi ac yn canfod cyfleoedd hyfforddi eraill a allai gefnogi eu dysgu.

YSGOL HAF ACADEMI WALES

Mae'r Ysgol Haf yn brofiad dysgu preswyl dwys pum diwrnod o hyd, sy'n dod ag arweinwyr a rheolwyr ynghyd i fynd i'r afael â materion allweddol sy'n ymwneud â phwnc arweinyddiaeth penodol.

Mae'r wedi'i chynllunio fel rhaglen 'ymestyn' sy'n rhoi cyfle i chi adolygu a gloywi eich sgiliau, datblygu gwybodaeth newydd a chael cipolwg ar arferion arwain arloesol. Cewch gyfle i archwilio ffyrdd arloesol o 'gyflawni'r busnes', gan dynnu ar gyfoeth o wybodaeth a phrofiad byd-eang.

I gofrestru eich diddordeb, anfonwch neges e-bost:

Cheryl.roberts@conwy.gov.uk

Rheolwr Datblygu Sefydliad Corfforaethol

CONWY
CYNGOR BWRDEISTREF SIROL
COUNTY BOROUGH COUNCIL

FFORWM RHEOLWYR CONWY

Mae Fforwm Rheolwyr Conwy yn grŵp o swyddogion (drwy wahoddiad) sy'n cyfrannu tuag at arwain a rheoli'r Awdurdod drwy eu Gwasanaethau priodol.

Mae Fforwm y Rheolwyr yn cyfarfod bob chwarter ac mae'n cynnig cyfle iddynt ddysgu, rhannu syniadau a gweithio ar draws ffiniau'r Gwasanaethau. Bydd rhai profiadau datblygu a hyfforddi rheolwyr yn cael eu cyflwyno drwy'r fforwm hwn.

Bydd aelodau Fforwm y Rheolwyr yn cael gwybod am y digwyddiadau hyn pan fydd y manylion wedi'u cadarnhau.

ADNODDAU AR-LEIN

Dolenni i wefannau sy'n rhannu gwybodaeth ddefnyddiol, arferion gorau ac adnoddau yn ogystal ag offer e-ddysgu y gellir cael mynediad atynt fel rhan o'ch datblygiad parhaus.

Mae Academi Wales wedi ei sefydlu fel canolfan gwasanaeth cyhoeddus Cymru ar gyfer rhagoriaeth mewn arweinyddiaeth. Dilynwch y ddolen isod i wefan Academi Wales lle gallwch ddod o hyd i gyfoeth o wybodaeth, fideos, arferion gorau o ran rheoli a'u sianel e-ddysgu ardderchog - SkillPort.

www.academi wales.gov

Canllawiau defnyddiol ar arferion gorau o ran ymgysylltu â gweithwyr, deddfwriaethau cyflogaeth yn ogystal â chyfleuster e-ddysgu ymarferol.

Mae modiwlau Dysgu Ar-lein rhad ac am ddim ACAS yn adnoddau defnyddiol i unrhyw un sydd eisiau gloywi eu gwybodaeth a gwella eu dulliau o fynd i'r afael â materion cysylltiadau cyflogaeth. Drwy gyfres o 10 cwrs ar-lein, byddwch yn cael cyfle i weithio drwy'r theori, archwilio astudiaethau achos ymarferol a phrofi'ch gwybodaeth drwy ateb cwestiynau rhyngweithiol a chwblhau prawf.

Mae'r pecynnau Dysgu Ar-lein yn ddefnyddiol iawn i reolwyr, goruchwylwyr ac unrhyw un arall sy'n gyfrifol am wella perfformiad busnes neu weithredol.

www.acas.org.uk

Brifysgol Agored, arweinydd byd o ran dysgu agored ac o bell, mae'r holl gyrsiau OpenLearn yn rhad ac am ddim i'w hastudio. Mae'n cynnig bron i 1000 o gyrsiau rhad ac am ddim ar draws 8 maes pwnc gwahanol. Gall unrhyw un ddysgu am ddim ond bydd cofrestru yn rhoi mynediad i chi i broffil dysgu personol a chofnod o gyraeddiadau y gallwch eu hennill wrth astudio.

www.open.edu/openlearn

Rhoi data a gwybodaeth wrth wraidd darpariaeth gwasanaethau cyhoeddus. Yn cynnig ystod o gyfleoedd hyfforddi a arweinir gan arbenigwyr yn eu maes a'u darparu ar-lein.

Cyrsiau Hyfforddi - Data Cymru

ADNODDAU AR-LEIN YN PARHAU.....

IDEAS WORTH SPREADING

Cenhadaeth TED yw lledaenu syniadau; mae TED yn gymuned fyd-eang sy'n croesawu pobl o bob disgyblaeth a diwylliant sy'n ceisio dealltwriaeth ddyfnach o'r byd. Mae TED yn credu'n angerddol yng ngrym syniadau i newid agweddau, bywydau ac, yn y pen draw, y byd. Ar TED.com, rydym yn datblygu swyddfa ganolog o wybodaeth am ddim gan feddylwyr mwyaf ysbrydoledig y byd – a chymuned o eneidiau chwilfrydig i ymgysylltu â'i gilydd a syniadau'r naill a'r llall, a hynny ar-lein ac yn nigwyddiadau TED a TEDx ledled y byd, drwy gydol y flwyddyn.

www.ted.com/talks

LLYSGENNAD TWRISTIAETH conwy
conwy TOURISM AMBASSADOR

Cynllun Llysgennad darparu cyfle I hyfforddi ar-lein er mwyn gwella eich gwybodaeth am y cynnig twristiaeth ar gyfer Sir Conwy.

Cwrs Llysgennad Twristiaeth Conwy – Llysgenhadon Cymru (ambassador.wales)

Gofal Cymdeithasol Cymru
Social Care Wales

Rhaglen hyfforddi newydd i'w chynnal dros dri diwrnod ar-lein o'r enw "Cyflwyniad i Ofal Cymdeithasol" i unrhyw un yng Nghymru sydd â diddordeb mewn gyrfa ym maes gofal cymdeithasol. Bydd y rhaglen yn darparu trosolwg o weithio ym maes gofal cymdeithasol a bydd yn edrych ar beth yw gofal cymdeithasol a'r rolau amrywiol sydd ar gael yn y sector.

Rhaglen Hyfforddi

ADNODDAU AR-LEIN YN PARHAU.....

Archwilio Cymru
Audit Wales

Bob blwyddyn mae Archwilio Cymru yn cynnal nifer o ddigwyddiadau arfer da.

Mae'r gweithdai yma yn dwyn ynghyd unigolion o ar draws y sector cyhoeddus yng Nghymru i rannu syniadau ar arferion da a materion penodol.

<u>Cliciwch yma i weld y digwyddiadau sydd ar y gweill</u>

GWEITHIO’N DDIOGEL

Mae eich diogelwch , iechyd a lles yn bwysig iawn yng Nghonwy. Mae amrywiaeth o gyrsiau yn cael eu darparu gan Iechyd a Diogelwch Corfforaethol sy’n ymdrechu i sicrhau nad oes unrhyw un yn dod i’r gwaith i gael eu niweidio’n gorfforol nac yn feddyliol gan y gwaith y gofynnir iddynt wneud.

Cyflwyniad i Iechyd a Diogelwch Corfforaethol

Cydlynydd Diogelu Rhag Tân

COSHH

Defnyddio ac Archwilio Ysgolion/Ysgolion Bach yn Ddiogel

Ymchwilio i Ddamweiniau

Rheoli Ymddygiad

Codi a Symud yn Gorfforol Lefel 2

Hyfforddiant Codi a Symud yn Gorfforol i Oruchwylwyr – Gwrthrychau Difywyd

(Rhaid i fynychwyr fod wedi cwblhau Codi a Symud yn Gorfforol Lefel 2 cyn archebu lle ar y cwrs hwn)

Gweithio’n Ddiogel IOSH

Cwrs Rheoli’n Ddiogel IOSH

Cwrs Atgoffa Rheoli’n Ddiogel IOSH

Hyfforddiant Cymorth Cyntaf

Cysylltwch:
First.aidH&S@conwy.gov.uk
01492 575563

Cymorth Cyntaf mewn Argyfwng (1 Diwrnod)

Cwrs Atgoffa Cymorth Cyntaf yn y Gwaith (2 Ddiwrnod)

Cymorth Cyntaf yn y Gwaith (3 Diwrnod)

Cwrs Gloywi Cymorth Cyntaf Blynyddol (3 awr)

Dilynwch y ddolen isod i gael gwybodaeth ar bob cwrs, gan gynnwys lleoliad a chost y cwrs

Hyfforddiant Cymorth Cyntaf Conwy

DARPERIR GAN DDARPARWYR ALLANOL:

Cynllun Ymwybyddiaeth Gyrwyr Bysiau Mini (MiDAS)

Cwrs Ymarferol ar Ddiffoddyddion Tân

Ymwybyddiaeth o Asbestos (Categori A)

Hyfforddiant Argyfyngau Sifil Posibl

Mae dysgu a datblygu amlasiantaeth wedi gwella perthnasau gweithio da ac wedi helpu i arwain ymatebion cydlynus a llwyddiannus i argyfyngau o fewn Gogledd Cymru.

Mae JESIP yn tanategu ac yn darparu strwythur clir ar gyfer gwaith amlasiantaeth ac wedi'i gynnwys gyda phob sesiwn, cwrs hyfforddiant, ymarfer neu ddigwyddiad a gynhelir drwy'r NWRF.

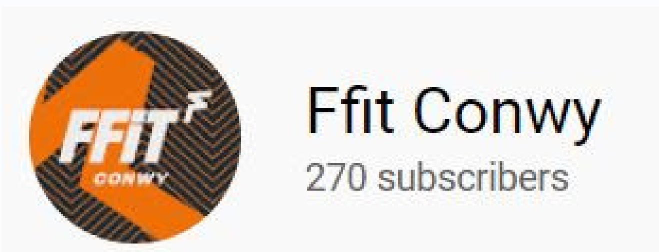
Cysylltwch â training@conwy.gov.uk am fanylion pellach

ANNOG FFORDD O FYW IACH

Rydym eisiau annog holl weithwyr i ofalu am eu hiechyd a lles fel rhan o'u datblygiad personol.

Gall ymarfer corff helpu'r ymennydd i fod yn barod i ddysgu a'i gwneud yn haws cadw gwybodaeth drwy wella egni, sylw a chymhelliant.

Rydym wedi cynnwys rhai dolenni a gwybodaeth i gefnogi hyn.



Mae gan raglen YouTube Ffit Conwy amrywiaeth o fideos ar gael; Ioga, Dawns, Aerobeg, Cryfder a Chyflyru ac ati.

neu beth am ddod yn aelod!!

fel gweithiwr CBS Conwy gallwch gofrestru i Aelodaeth Ffit Conwy am £23.10 y mis!!

Cliciwch yma am fanylion

Cynllun Beicio i'r Gwaith

Gallwch ddod yn actif, arbed arian a gwella eich iechyd gyda'r Cynllun Beicio i'r Gwaith.

Gellir dod o hyd i ragor o wybodaeth am y cynllun ar ein Mewnrwyd.

Cliciwch yma

Cerdded yng Nghonwy

Darganfyddwch y nifer o lwybrau cerdded sydd ar gael yn Sir Conwy a gwerthfawrogwch ei harddwch.

Cliciwch yma i ddod o hyd i daith gerdded sy'n addas i chi

Conwy Hardys

Grŵp Rhedeg Cymdeithasol Staff sy'n cymell ei gilydd i fynd allan i ymarfer corff.

Cliciwch yma am fanylion