

Mae'r cyhoeddiad hwn wedi cael ei dynnu

Mae'r cyhoeddiad hwn wedi cael ei dynnu.

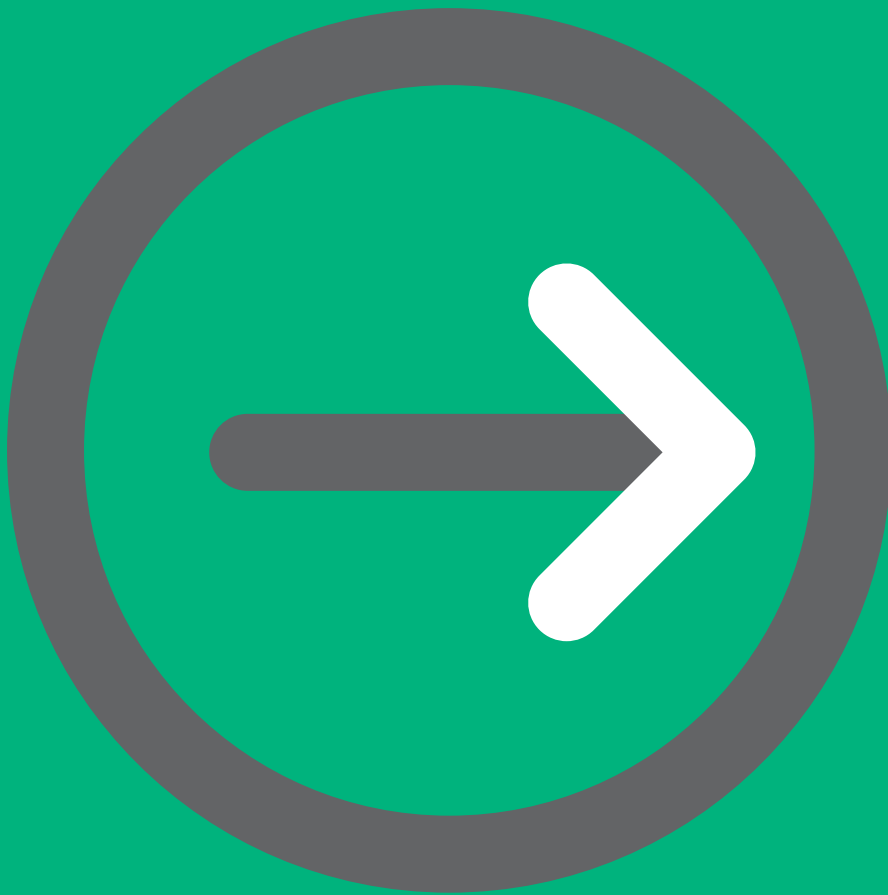
Nid yw'r cyhoeddiad hwn bellach yn gyfredol.



Adran Gwaith
a Phensiynau

Ffit i Weithio

Canllawiau i gyflogwyr



I gael manylion pryd y gellir atgyfeirio cyflogeion i gael asesiad Ffit i Weithio yn eich ardal chi, ewch i: www.gov.uk/government/collections/fit-for-work-guidance

Ffit i Weithio – canllawiau cryno i gyflogwyr

Mae Ffit i Weithio yn eich helpu i reoli achosion o absenoldeb oherwydd salwch yn eich gweithle ac yn rhoi cyngor iechyd sy'n gysylltiedig â gwaith i chi, eich cyflogai a'i feddyg teulu.

Mae Ffit i Weithio yn darparu'r canlynol:

- **Cyngor am ddim ar iechyd a gwaith** drwy wefan a llinell ffôn er mwyn helpu i atal achosion o absenoldeb.
- **Atgyfeiriad am ddim i gael asesiad iechyd galwedigaethol** i gyflogeion sydd wedi bod yn absennol oherwydd salwch ers pedair wythnos, neu y mae eu meddyg teulu yn disgwyl iddynt fod yn absennol am y cyfnod hwnnw. Fel arfer, caiff cyflogeion eu hatgyfeirio gan eu meddyg teulu. Gall cyflogwyr hefyd eu hatgyfeirio ar ôl iddynt fod yn absennol am bedair wythnos.

O 1 Ionawr 2015, bydd y Llywodraeth hefyd yn cyflwyno esemptiad treth o hyd at £500 (y flwyddyn, fesul cyflogai) ar gyfer triniaethau meddygol a argymhellir i helpu eu cyflogeion i ddychwelyd i'r gwaith. Bydd yr esemptiad hwn yn gymwys i driniaethau a argymhellir gan weithwyr iechyd proffesiynol o fewn Ffit i Weithio a gweithwyr iechyd proffesiynol o fewn gwasanaethau iechyd galwedigaethol a drefnir gan y cyflogwr.

Caiff canllawiau Ffit i Weithio i gyflogwyr eu diweddarau'n rheolaidd wrth i atgyfeiriadau i gael asesiadau Ffit i Weithio gael eu cyflwyno ledled Prydain Fawr.

Beth mae Ffit i Weithio yn ei olygu i gyflogwyr?

- Gallwch gael cyngor ar y we a thros y ffôn ar unrhyw faterion iechyd sy'n gysylltiedig â gwaith sy'n effeithio ar eich cyflogeion a'ch gweithle
- Os caiff eich cyflogai ei atgyfeirio i gael asesiad Ffit i Weithio, efallai yr anfonir Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith atoch dros yr e-bost (neu'r post os yw'n briodol). Bydd y cynllun hwn yn rhoi cyngor ac argymhellion i helpu eich cyflogai i ddychwelyd i'r gwaith

Gallwch dderbyn y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith fel tystiolaeth o absenoldeb oherwydd salwch yn yr un ffordd â nodyn ffitrwydd a roddir gan feddyg teulu. Ni fydd angen i chi ofyn i'ch cyflogai am nodyn ffitrwydd hefyd. Yng Nghymru a Lloegr ewch i www.fitforwork.org i weld ble mae'r gwasanaeth yn fyw ar hyn o bryd, ble y bydd yn cael ei gyflwyno a chofrestru i dderbyn y wybodaeth ddiweddaraf. Yn yr Alban ewch i www.fitforworkscotland.scot i weld beth sydd ar gael a sut i gysylltu â nhw

Sut mae cyflogwyr yn cael budd o Ffit i Weithio?

- Gall Ffit i Weithio helpu i leihau eich costau tâl salwch, drwy alluogi cyflogeion i ddychwelyd i'r gwaith yn gynt
- Gall Ffit i Weithio fod o fudd penodol i Fusnesau Bach a Chanolig (BBaChau) na allant, o bosibl, gael gafael ar gymaint o gyngor a gwasanaethau iechyd galwedigaethol.

Mae bod yn gyflogedig yn helpu pobl i wella ac adsefydlu ac yn atal yr effeithiau corfforol, meddyliol a chymdeithasol niweidiol sy'n gysylltiedig â bod yn absennol oherwydd salwch am gyfnod hir. Mae Ffit i Weithio wedi'i gynllunio i'ch helpu chi, fel cyflogwr, i helpu cyflogeion i ddychwelyd i'r gwaith cyn gynted ag y bo'n briodol.

Oes angen i mi wneud unrhyw beth?

Efallai y bydd angen i chi ddiweddarau eich polisi absenoldeb oherwydd salwch er mwyn cwmpasu Ffit i Weithio.

Nid yw'n orfodol i gyflogwyr atgyfeirio cyflogeion at Ffit i Weithio, na rhoi'r argymhellion a nodir yn y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith ar waith. Fodd bynnag, rydym yn argymhell eich bod yn diweddarau eich polisiau absenoldeb oherwydd salwch i ddangos bod Ffit i Weithio ar gael. Efallai yr hoffech sôn wrth eich staff am y canlynol:

- y cyngor sydd ar gael ar wefan neu linell ffôn Ffit i Weithio
- y gall Ffit i Weithio gysylltu â hwy ynghylch cyflogai sydd wedi'i atgyfeirio gan ei feddyg teulu
- os a phryd yr hoffech iddynt ystyried atgyfeirio cyflogai at Ffit i Weithio
- yr hyn y dylent ei wneud os byddant yn cael Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith gan Ffit i Weithio a sut y gallant gefnogi'r argymhellion mewn Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith

Fel arfer, rwyf yn gofyn fy ngyflogeion i roi nodyn ffitrwydd i mi pan fyddant i ffwrdd yn sâl. A allaf dderbyn Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith yn lle hynny?

Mae deddfwriaeth Tâl Salwch Statudol yn caniatáu i chi dderbyn nodyn ffitrwydd neu dystiolaeth arall a allai fod yn ddigonol i gefnogi talu Tâl Salwch Statudol. O dan dystiolaeth arall gallwch dderbyn Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith fel datganiad ar gyfer ffitrwydd ar gyfer gwaith, gan ddileu'r angen i'ch cyflogai darparu nodyn ffitrwydd, oni bai eu bod yn parhau i fod i ffwrdd o'r gwaith pan maent yn cael eu rhyddhau o Ffit i Weithio.

Sut y gallaf atgyfeirio fy nghyflogai i gael asesiad Ffit i Weithio?

Bydd angen i gyflogeion a gaiff eu hatgyfeirio gan gyflogwyr fod yn gymwys i gael y gwasanaeth:

Cyflogeion cymwys	Cyflogeion anghymwys
✓ Maent dal yn gyflogedig	✗ Maent yn byw y tu allan i Gymru, Lloegr a'r Alban
✓ Maent wedi bod yn absennol o'r gwaith ers pedair wythnos neu fwy	✗ Nid ydynt yn absennol o'r gwaith
✓ Mae tebygolrwydd rhesymol y gallant o leiaf ddychwelyd i'r gwaith yn raddol	✗ Maent yn hunangyflogedig
✓ Nid ydynt wedi'u hatgyfeirio i gael asesiad Ffit i Weithio eisoes o fewn y 12 mis diwethaf ac nid ydynt wedi cael Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith	✗ Maent wedi'u hatgyfeirio i gael asesiad Ffit i Weithio eisoes o fewn y 12 mis diwethaf ac maent wedi cael Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith
✓ Maent wedi cydsynio i gael eu hatgyfeirio	✗ Mae meddyg teulu'r cyflogai wedi'i atgyfeirio at Ffit i Weithio eisoes ✗ Ni roddir cydsyniad

Noder: Rhaid i gyflogeion gydsynio ar bob cam o'r broses asesu. Rhaid i'r cydsyniad hwnnw fod yn glir, yn wybodus ac wedi'i roi o wirfodd. Am ragor o wybodaeth, cyfeirwch at y canllaw manwl.

Gallwch gael mynediad at Ffit i Weithio ac atgyfeirio cyflogai i gael asesiad drwy ddefnyddio'r dolenni canlynol a'r rhifau ffôn isod. I gael manylion pryd y gellir atgyfeirio cyflogeion i gael asesiad Ffit i Weithio, ewch i GOV.UK.

Cymru a Lloegr www.fitforwork.org

0800 032 6235

Oriau agor ar gyfer cyngor: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 8.30am a 6.00pm

Oriau agor ar gyfer asesiadau: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 8.30am a 6.00pm

Llinell Gymraeg www.fitforwork.org

0800 032 6233

Oriau agor ar gyfer cyngor: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 8.30am a 6.00pm

Oriau agor ar gyfer asesiadau: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 8.30am a 6.00pm

Yr Alban www.fitforworkscotland.scot

0800 019 2211

Oriau agor ar gyfer cyngor: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 9.00am a 5.00pm

Oriau agor ar gyfer asesiadau: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 9.00am a 8.00pm

Mae'r canllaw hwn, sydd wedi'i ddatblygu gyda help meddygon,

Ffit i Weithio - canllaw manwl i gyflogwyr

cyflogeion a chyflogwyr, wedi'i gynllunio i'ch helpu i wneud y gorau o Ffit i Weithio a helpu eich cyflogeion i ddychwelyd i'r gwaith cyn gynted ag sy'n briodol.

Cyflwyniad i Ffit i Weithio

Mae Ffit i Weithio yn cynnig asesiadau iechyd galwedigaethol am ddim i'ch cyflogeion sydd wedi bod yn absennol oherwydd salwch ers pedair wythnos er mwyn eu helpu i ddychwelyd i'r gwaith yn gynt. Gallwch chi a'ch cyflogeion hefyd fanteisio ar wasanaeth ffôn a gwefan sy'n rhoi cyngor iechyd sy'n gysylltiedig â gwaith am ddim.

- Gall Ffit i Weithio helpu i leihau eich costau tâl salwch, drwy alluogi cyflogeion i ddychwelyd i'r gwaith yn gynt.
- Gall Ffit i Weithio fod o fudd i Fusnesau Bach a Chanolig (BBaChau) na allant, o bosibl, gael gafael ar gymaint o gyngor a gwasanaethau iechyd galwedigaethol.
- Mae bod yn gyflogedig yn helpu pobl i wella ac adsefydlu ac yn atal yr effeithiau corfforol, meddyliol a chymdeithasol niweidiol sy'n gysylltiedig â bod yn absennol oherwydd salwch am gyfnod hir. Mae Ffit i Weithio wedi'i gynllunio i'ch helpu chi, fel cyflogwr, i helpu cyflogeion i ddychwelyd i'r gwaith cyn gynted ag y bo'n briodol.

Gallwch gael mynediad at Ffit i Weithio ac atgyfeirio cyflogai i gael asesiad drwy ddefnyddio'r dolenni canlynol a'r rhifau ffôn isod. I gael manylion pryd y gellir atgyfeirio cyflogeion i gael asesiad Ffit i Weithio, ewch i GOV.UK.

Yn y canllaw hwn:

- Beth yw Ffit i Weithio?
- Pwy sy'n darparu Ffit i Weithio?
- Meini prawf cymhwysedd cyflogai ar gyfer asesiad
- Beth fydd yn digwydd unwaith y caiff cyflogai ei atgyfeirio i gael asesiad Ffit i Weithio?
- Pa ran mae cyflogwyr yn ei chwarae yn y broses?
- Beth yw esemptiad treth y Llywodraeth?
- Sut mae Ffit i Weithio yn effeithio ar wasanaethau iechyd galwedigaethol cyfredol?
- Sut mae Ffit i Weithio yn effeithio ar bolisi absenoldeb oherwydd salwch?
- Sut y gallaf gysylltu â Ffit i Weithio?
- Cwestiynau Cyffredin

Mae'r canllaw hwn wedi'i ddatblygu ar y cyd â grwpiau sy'n cynrychioli cyflogwyr a chyflogeion a chyrrff proffesiynol. Mae'r canllawiau hefyd wedi'u datblygu ar y cyd ag ACAS.

Beth yw Ffit i Weithio?

Cyngor

Mae Ffit i Weithio yn rhoi cyngor i helpu eich cyflogeion pan fo cyflwr iechyd yn effeithio ar eu gwaith. Gall hyn gynnwys gwybodaeth am y math o addasiadau a allai eu helpu i aros yn y gwaith neu ddychwelyd i'r gwaith, neu gyngor iechyd mwy cyffredinol sy'n gysylltiedig â gwaith. Mae'r gwasanaeth cynghori ar gael i holl ddinasyddion y DU.

Ffynonellau cyngor

Cymru a Lloegr:

www.fitforwork.org

0800 032 6235

Llinell Gymraeg:

www.fitforwork.org

0800 032 6233

Yr Alban:

www.fitforworkscotland.scot

0800 019 2211

Atgyfeiriad i gael asesiad iechyd galwedigaethol

Mae Ffit i Weithio yn cynnig atgyfeiriad i'ch cyflogeion sydd wedi bod yn absennol o'r gwaith oherwydd salwch ers mwy na phedair wythnos gael asesiad iechyd galwedigaethol. Mae ymchwil yn awgrymu y gallai cyfnod o absenoldeb o tua phedair wythnos arwain at gyfnod mwy parhaus o absenoldeb neu at yr unigolyn yn rhoi'r gorau i'w waith yn gyfan gwbl.

Cysylltir â chyflogeion o fewn dau ddiwrnod gwaith i gael eu hatgyfeirio gan eu meddyg teulu neu eu cyflogwr. Bydd gweithiwr iechyd galwedigaethol proffesiynol yn cynnal yr asesiad a fydd, fel arfer, yn digwydd dros y ffôn.¹

Bydd yr asesiad yn ceisio nodi'r holl rwystrau posibl sy'n atal y cyflogai rhag dychwelyd i'r gwaith (gan gynnwys iechyd, gwaith a ffactorau personol). Cytunir hefyd ar gynllun i fynd i'r afael â phob rhwystr er mwyn galluogi'r cyflogai i ddychwelyd i'r gwaith yn ddiogel ac yn barhaol.

- Bydd y **Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith** hwn yn adlewyrchu'r asesiad ac yn rhoi cyngor ac argymhellion ar gyfer ymyriadau er mwyn helpu'r cyflogai i ddychwelyd i'r gwaith yn gynt.
- Yn amodol ar gydsyniad y cyflogai ar bob cam, efallai y bydd y rheolwr achos Ffit i Weithio yn tybio bod angen cysylltu ag unigolyn priodol yn eich sefydliad er mwyn helpu i lunio'r Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith. Byddwch wedyn yn cael y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith er mwyn eich hysbysu o'r argymhellion.
- Chi (y cyflogwr) a'ch cyflogai fydd yn penderfynu a ddylid rhoi unrhyw argymhellion a wnaed yn y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith ar waith. Fel arall, gallai fod yn fater i feddyg teulu'r cyflogai, yn dibynnu ar natur yr argymhelliad. Byddem yn annog pob parti i weithredu argymhellion Ffit i Weithio.

Noder: Mae deddfwriaeth yn caniatáu i chi dderbyn y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith fel tystiolaeth o absenoldeb oherwydd salwch yn yr un ffordd â nodyn ffitrwydd a roddir gan feddyg teulu. Nid oes angen i chi ofyn i'ch cyflogai ddarparu nodiadau ffitrwydd pellach.

¹ Burton, K., Kendall, N., McCluskey, S. and Dibben, P. (2013). Telephonic support to facilitate return to work: what works, how, and when?

Pwy sy'n darparu Ffit i Weithio?

Yng Nghymru a Lloegr, caiff Ffit i Weithio ei ddarparu gan Health Management Limited. Yn yr Alban, caiff Fit for Work Scotland ei ddarparu gan Lywodraeth yr Alban drwy GIG yr Alban.

Fit for Work

Fit for Work
Scotland

Meini prawf cymhwysedd cyflogai ar gyfer asesiad

Er mwyn i gyflogwr atgyfeirio cyflogai i gael asesiad Ffit i Weithio, mae'n rhaid:

- ei fod wedi bod yn absennol o'r gwaith oherwydd salwch ers pedair wythnos; ac
- bod tebygolrwydd rhesymol y gall o leiaf ddychwelyd i'r gwaith yn raddol

Ni fydd eich cyflogeion yn gymwys i gael eu hatgyfeirio i gael asesiad Ffit i Weithio os yw unrhyw un o'r canlynol yn berthnasol iddynt:

- maent yn byw y tu allan i Gymru, Lloegr a'r Alban
- nid ydynt yn absennol o'r gwaith
- maent wedi'u hatgyfeirio at y gwasanaeth yn flaenorol o fewn cyfnod o 12 mis ac maent wedi derbyn Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith
- mae eu meddyg teulu wedi'u hatgyfeirio at Ffit i Weithio eisoes
- nid ydynt yn cydsynio i'r atgyfeiriad

Gall meddygon teulu atgyfeirio cyflogeion yn gynharach neu'n hwyrach na phedair wythnos os ydynt o'r farn y bydd cyflogai yn absennol am bedair wythnos ac y gallai atgyfeiriad cynharach fod o fudd iddynt. Er enghraifft, gallant ystyried nad yw atgyfeiriad yn briodol ar ôl pedair wythnos, ond ei fod yn briodol ar ôl chwe wythnos ar ôl iddynt wella yn dilyn llawdriniaeth i gael clun newydd. Bydd meddygon teulu yn arfer eu barn broffesiynol ynghylch priodolrwydd clinigol atgyfeiriadau.

Beth fydd yn digwydd unwaith y caiff cyflogai ei atgyfeirio i gael asesiad Ffit i Weithio?

Bydd Ffit i Weithio yn cysylltu â'r cyflogai i gynnal asesiad iechyd galwedigaethol ar adeg sy'n gyfleus iddynt o fewn dau ddiwrnod gwaith i dderbyn atgyfeiriad.

Os tybir bod angen cynnal asesiad wyneb yn wyneb, caiff asesiad ei gynnal o fewn pum diwrnod gwaith i'r penderfyniad hwn. Bydd y darparwr yn talu costau teithio rhesymol ar gyfer unrhyw asesiad wyneb yn wyneb ar gais eich cyflogai. Bydd angen i'ch cyflogai siarad â'i reolwr achos i gael manylion pellach ar sut i wneud cais.

Caiff yr asesiad ei gynnal gan weithiwr iechyd galwedigaethol proffesiynol a fydd yn rheolwr achos i'r cyflogai tan ddiwedd y broses. Fel rhan o'r asesiad, bydd y gweithiwr iechyd proffesiynol yn ystyried, mewn modd cyfannol neu 'fioseicogymdeithasol', pob mater iechyd, mater gwaith a mater arall e.e. personol a chymdeithasol, a all fod yn effeithio ar allu'r cyflogai i ddychwelyd i'r gwaith. Bydd yr asesiad yn cynnwys cwestiynau am effaith cyflwr y cyflogai a rôl y swydd, a bydd yn arwain at lunio Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith, a fydd yn adlewyrchu'r asesiad, y cyngor a roddwyd a'r argymhellion y cytunwyd arnynt gyda'r cyflogai i'w helpu i ddychwelyd i'r gwaith yn gynt.

Caiff y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith ei rannu gyda'r cyflogai ac, os bydd yn cydsynio, gyda'i gyflogwr a'i feddyg teulu hefyd. Bydd cyflogwyr a chyflogeion yn derbyn Cynlluniau Dychwelyd i'r Gwaith dros yr e-bost, neu'r post lle y bo'n briodol. Pan fydd meddyg teulu neu gyflogwr yn atgyfeirio cyflogai i gael asesiad Ffit i Weithio, mae'n bosibl y gall gael gafael ar y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith drwy ddolen gwe, yn amodol ar gydsyniad y cyflogai.

Bydd y rheolwr achos yn cysylltu â'r cyflogai ar adeg a drefnir i weld a yw'r cynllun ar y trywydd iawn a bydd hefyd yn cysylltu â'r cyflogai yn fuan ar ôl iddo ddychwelyd i'r gwaith. Os bydd angen, bydd y rheolwr achos yn trefnu bod asesiad Ffit i Weithio arall yn cael ei gynnal, er enghraifft os nad yw'r cyflogai wedi dychwelyd i'r gwaith yn ôl y disgwyl. Gall y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith gael ei ddiwygio hefyd er mwyn adlewyrchu unrhyw newidiadau sydd eu hangen.

Caiff cyflogeion eu rhyddhau o Ffit i Weithio pan fyddant wedi dychwelyd i'r gwaith (gan gynnwys dychwelyd i'r gwaith yn raddol), neu ar adeg pan na all Ffit i Weithio roi mwy o gymorth iddynt neu os na fu'n bosibl iddynt ddychwelyd i'r gwaith ar ôl tri mis.

Ar ôl i gyflogai gael eu ryddhau, bydd Ffit i Weithio yn cysylltu â'ch cyflogai a chi (os mai chi a'i hatgyfeiriodd) i gael adborth ar y gwasanaeth. Bydd hyn yn helpu i sicrhau bod y gwasanaeth asesu yn cael ei werthuso a'i wella'n barhaus.

Pa ran mae cyflogwyr yn ei chwarae yn y broses?

Yn amodol ar gydsyniad y cyflogai, gall y rheolwr achos sy'n cynnal yr asesiad ystyried ei bod yn briodol cysylltu ag unigolyn priodol yn eich sefydliad (e.e. rheolwr llinell y cyflogai neu aelod o'ch gwasanaeth iechyd galwedigaethol eich hun) i drafod ffactorau a allai helpu i lunio'r Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith.

Disgwyliwn y bydd Ffit i Weithio yn cysylltu â chyflogwyr pan fydd angen gwneud y canlynol:

- meithrin gwell dealltwriaeth o gyd-destun penodol y gweithle ac unrhyw gyfyngiadau y gall y cyflogai ei hun eu darparu
- pan na weithredwyd ar argymhellion mewn Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith - er mwyn sicrhau bod unrhyw argymhellion wedi'u deall yn llawn. Gall hyn gynnwys hwyluso trafodaeth rhwng y cyflogai a'r cyflogwr
- pan nodwyd mai cydberthynas y cyflogai â'r cyflogwr yw un o'r rhwystrau sy'n ei atal rhag dychwelyd i'r gwaith - er mwyn sicrhau bod y cyflogwr a'r cyflogai yn deall (i) effeithiau'r cyflwr ar y gallu i ddychwelyd i'r gwaith; a (ii) cyfyngiadau posibl yn y gweithle

Gall Ffit i Weithio hefyd gael gwybodaeth yn uniongyrchol gan gyflogwyr fel rhan o atgyfeiriad gan gyflogwr.

Ar ôl iddo gael cydsyniad y cyflogai, bydd y rheolwr achos yn rhannu'r Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith gydag unigolyn priodol yn eich sefydliad, eich cyflogai a'i feddyg teulu.

Fel y nodir uchod, chi (y cyflogwr), eich cyflogai a meddyg teulu'r cyflogai fydd yn penderfynu a ddylid gweithredu unrhyw argymhellion a wnaed yn y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith. Fodd bynnag, byddem yn annog pob parti i weithredu argymhellion Ffit i Weithio.

Pa wybodaeth y mae'r Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith yn ei ddarparu?

Mae'r Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith wedi'i gynllunio i fynd i'r afael â phob rhwystr a nodwyd yn ystod yr asesiad er mwyn galluogi dychweliad diogel a pharhaus i'r gwaith. O ganlyniad, gall Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith gynnwys un neu fwy o'r canlynol:

- Llythyr yn datgan yr hyn y mae'r cynllun yn cynnwys a sut y gellir ei ddefnyddio
- Caniatâd i rannu blychau sy'n dangos os yw'r cyflogai wedi cydsynio i rannu'r cynllun hwn, neu rannau ohono, gyda chi
- Rhwystrau i ddychwelyd i'r gwaith
- Argymhellion (gall hyn gynnwys addasiadau gwaith)
- Dyddiadau cwblhau targedau
- Cyfeirio at sefydliadau/gwasanaethau eraill
- Cwestiynau Cyffredin Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith
- Crynodeb Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith (elfen Datganiad o Ffit i Weithio)
- Gwybodaeth Budd-daliadau Nawdd Cymdeithasol

Mae'n bwysig i gyflogwyr gofio o dan Reoliad 2(1) Rheoliadau Tâl Salwch Statudol (Tystiolaeth Feddygol) 1985, gall Gynllun Dychwelyd i'r Gwaith gael ei dderbyn yn yr un ffordd ag y byddech yn derbyn nodyn ffitrwydd gan feddyg teulu. Gallwch, felly, ofyn i'ch cyflogai darparu Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith i chi fel tystiolaeth o ffit i weithio.

Sut rydych chi a'ch cyflogeion yn cael budd o Ffit i Weithio?

Mae Ffit i Weithio yn darparu'r canlynol:

- help i leihau eich costau absenoldeb oherwydd salwch drwy helpu eich cyflogeion i ddychwelyd i'r gwaith yn gynt
- cyngor annibynnol da ac asesiad iechyd galwedigaethol arbenigol ar gyfer eich cyflogeion
- gwasanaeth ymyrryd yn gynnar cyflym am ddim sy'n hawdd i'w ddefnyddio ac sydd ar gael yng Nghymru, Lloegr a'r Alban
- argymhellion ar yr addasiadau sydd eu hangen ar gyfer eich cyflogeion a atgyfeirir i gael asesiad
- cymorth i chi, eich cyflogai a'i feddyg teulu drwy gyfrwng y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith er mwyn helpu eich cyflogai i ddychwelyd i'r gwaith yn gynt
- cymorth i reoli disgwyliadau eich cyflogai ynghylch effaith ei gyflwr ar ei ffitrwydd i weithio
- camau y gallwch eu cymryd i helpu cyflogeion i ddychwelyd i'r gwaith
- cymorth ar sut i atal cyfnod o absenoldeb oherwydd salwch/cyfnodau dilynol o absenoldeb oherwydd salwch

Beth yw esemptiad treth y Llywodraeth?

O 1 Ionawr 2015, bydd y Llywodraeth yn cyflwyno esemptiad treth pan fydd cyflogwyr yn talu costau triniaethau meddygol a argymhellir gan weithiwr gofal iechyd proffesiynol naill ai fel rhan o Ffit i Weithio neu unrhyw wasanaeth iechyd galwedigaethol a drefnir gan y cyflogwr.

Rhaid i'r driniaeth feddygol gael ei hargymell, er mwyn helpu eich cyflogai i ddychwelyd i'r gwaith ar ôl cyfnod o absenoldeb oherwydd salwch neu anaf a:

- rhaid bod gweithiwr gofal iechyd proffesiynol wedi asesu nad yw'r cyflogai yn ffit i weithio neu y gall fod yn ffit i weithio am o leiaf 28 diwrnod yn olynol, oherwydd salwch neu anaf; neu
- mae'r cyflogai wedi bod yn absennol o'r gwaith am o leiaf 28 diwrnod yn olynol oherwydd salwch neu anaf.

Ystyr gweithiwr gofal iechyd proffesiynol yw ymarferydd meddygol cofrestredig, nyrs gofrestrdig, neu therapydd galwedigaethol, ffisiotherapydd neu seicolegydd sydd wedi'i gofrestru â chorff rheoleiddio priodol.

Caiff yr esemptiad treth ei gyfyngu i £500 fesul cyflogai ym mhob blwyddyn dreth.

O dan y rheolau treth presennol, mae cost unrhyw ymyriadau meddygol a ariennir neu a ddarperir gan gyflogwr yn debygol o fod yn destun treth naill ai fel buddiant ychwanegol neu enillion a delir. Gall fod angen i'r cyflogwr a'r cyflogai dalu cyfraniadau Yswiriant Gwladol hefyd. Yn ôl rhai cyflogwyr, nid yw hyn yn eu hysgogi i ariannu triniaethau meddygol eu cyflogeion, gan eu bod yn teimlo ei bod hi'n briodol iddynt dalu unrhyw dreth ychwanegol sy'n deillio o ddarparu buddiant ychwanegol, yn ogystal ag unrhyw gyfraniadau Yswiriant Gwladol a all fod yn ddyledus ganddynt. Mae pryderon hefyd nad yw cyflogeion am fanteisio ar driniaethau meddygol a ariennir gan gyflogwr oherwydd y dreth y mae'n rhaid ei thalu.

Unwaith y bydd yr esemptiad treth yn weithredol, ni chaiff treth incwm na chyfraniadau Yswiriant Gwladol eu codi ar daliadau o hyd at £500 fesul cyflogai ym mhob blwyddyn dreth, gan ddileu unrhyw rwystr ariannol posibl a allai atal cyflogeion a chyflogwyr rhag manteisio ar driniaethau meddygol a fyddai'n helpu i leihau achosion o absenoldebau oherwydd salwch.

Bydd angen talu treth a chyfraniadau Yswiriant Gwladol ar unrhyw swm uwchlaw'r terfyn o £500 o hyd. Am ragor o wybodaeth, ewch i www.gov.uk.

Noder: Rhaid i driniaethau meddygol gael eu hargymell gan weithiwr gofal iechyd proffesiynol Ffit i Weithio neu weithiwr gofal iechyd proffesiynol yn eich gwasanaeth iechyd galwedigaethol eich hun er mwyn i'r esemptiad treth fod yn gymwys.

Sut mae Ffit i Weithio yn effeithio ar wasanaethau iechyd galwedigaethol cyfredol?

Bydd Ffit i Weithio yn ategu yn hytrach na disodli unrhyw wasanaethau iechyd galwedigaethol a ddarperir gan gyflogwyr ar hyn o bryd.

Os bydd y rheolwr achos Ffit i Weithio yn tybio ei fod yn briodol, bydd Ffit i Weithio yn cysylltu â'r cyflogwr er mwyn cynnwys unrhyw wasanaethau iechyd galwedigaethol sy'n bodoli eisoes yn y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith ac fel hwylusydd posibl ar gyfer yr argymhellion yn y Cynllun.

Sut mae Ffit i Weithio yn effeithio ar bolisi absenoldeb oherwydd salwch?

Nid yw'n orfodol i gyflogwyr atgyfeirio cyflogeion at Ffit i Weithio na gweithredu'r argymhellion a wneir gan Ffit i Weithio.

Fodd bynnag, argymhellwn y byddai'n arfer da i gyflogwyr ddiweddarau eu polisi absenoldeb oherwydd salwch er mwyn dangos bod Ffit i Weithio ar gael i gyflogwyr a chyflogeion cymwys.

Caiff cyflogwyr eu hannog i ddatblygu polisiau clir a chyson ar gyfer pob aelod o staff, ac i ymgynghori â staff am unrhyw newidiadau arfaethedig i bolisiau ymlaen llaw. Bydd hyn yn helpu i sicrhau bod cyflogwyr, ac yn enwedig reolwyr llinell, yn gallu ymdrin â Chynlluniau Dychwelyd i'r Gwaith yn briodol.

Mae'n bwysig nodi hefyd fod angen cydsyniad y cyflogai ar bob cam. Rhaid i'r cydsyniad hwnnw fod yn glir, yn wybodus ac wedi'i roi o wirfodd, a dylid gofyn amdano:

- cyn i'r cyflogai gael ei atgyfeirio at Ffit i Weithio gan ei feddyg teulu neu gyflogwr
- cyn i'r asesiad cychwynnol gael ei gynnal
- cyn i bob fersiwn o'r Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith gael ei rhannu gyda'r meddyg teulu a'r cyflogwr
- cyn i Ffit i Weithio gysylltu â'r meddyg teulu neu'r cyflogwr neu unrhyw drydydd parti os oes angen gwneud hynny fel rhan o'r asesiad

Sut y gallaf gysylltu â Ffit i Weithio?

Gallwch gael cyngor am Ffit i Weithio ac atgyfeirio cyflogai (pan fyddant ar gael) i gael asesiad drwy ddefnyddio'r dolenni canlynol a'r rhifau ffôn isod:

Cymru a Lloegr

- www.fitforwork.org
- 0800 032 6235
- Oriau agor ar gyfer cyngor: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 8.30am a 6.00pm
- Oriau agor ar gyfer asesiadau: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 8.30am a 6.00pm

Llinell Gymraeg

- www.fitforwork.org
- 0800 032 6233
- Oriau agor ar gyfer cyngor: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 8.30am a 6.00pm
- Oriau agor ar gyfer asesiadau: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 8.30am a 6.00pm

Yr Alban

- www.fitforworkscotland.scot
- 0800 019 2211
- Oriau agor ar gyfer cyngor: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 9.00am a 5.00pm
- Oriau agor ar gyfer asesiadau: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 9.00am a 8.00pm

Rhestr wirio i gyflogwyr

- Diweddarwch eich polisiâu absenoldeb salwch i adlewyrchu y gall Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith gael ei dderbyn fel datganiad o ffit i weithio, gan ddileu'r angen i gyflogai darparu nodyn ffitrwydd, oni bai eu bod yn parhau i fod i ffwrdd o'r gwaith pan maent yn cael eu rhyddhau o Ffit i Weithio.
- Ystyriwch atgyfeirio cyflogai i gael asesiad os nad yw meddyg teulu wedi gwneud hynny'n barod
- Ystyriwch sut y gallwch ategu argymhellion mewn Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith

Am ragor o wybodaeth, ewch i:

- Cwestiynau Cyffredin i Gyflogeion (tudalen 16)
- Cymru a Lloegr: www.fitforwork.org
- Yr Alban: www.fitforworkscotland.scot

Cwestiynau cyffredin i gyflogeion

Rhennir yr adran hon yn categorïau fel a ganlyn:

- (a) Darparwyr Ffit i Weithio
- (b) Atgyfeiriadau a Chymhwysedd
- (c) Cydsyniad a Diogelu Data
- (ch) Cyfranogiad Cyflogwyr
- (d) Cynlluniau Dychwelyd i'r Gwaith
- (dd) Rhagor o Wybodaeth

Darparwyr Ffit i Weithio

Pwy sy'n darparu Ffit i Weithio?

Yng Nghymru a Lloegr, caiff Ffit i Weithio ei ddarparu gan Health Management Limited. Yn yr Alban, caiff Fit for Work Scotland ei ddarparu gan Lywodraeth yr Alban drwy GIG yr Alban.

Pa gymwysterau fydd gan y cyflenwr?

Caiff Ffit i Weithio ei ddarparu gan weithwyr gofal iechyd galwedigaethol cofrestredig sy'n meddu ar gymwysterau iechyd galwedigaethol; sydd â phrofiad ym maes iechyd galwedigaethol; neu sy'n gallu dangos profiad a sgiliau sy'n briodol ar gyfer gweithio mewn cyd-destun iechyd galwedigaethol. Bydd arbenigedd y gweithwyr hyn yn sicrhau y bydd Ffit i Weithio yn nodi'r ystod lawn o faterion sy'n atal cyflogai rhag dychwelyd i'r gwaith ac yn rhoi cyngor priodol yn unol ag arfer gorau.

Caiff gweithwyr iechyd galwedigaethol proffesiynol sy'n darparu Ffit i Weithio eu goruchwylio'n briodol a bydd arbenigwr achrededig ym maes Meddygaeth Alwedigaethol yn gyfrifol am gyfarwyddo'r gwasanaeth.

Caiff hyfforddiant ei ddarparu i bob gweithiwr iechyd galwedigaethol proffesiynol sy'n darparu Ffit i Weithio.

Beth yw rheolwr achos?

Gweithiwr iechyd proffesiynol yw'r rheolwr achos sydd â chymhwyster iechyd galwedigaethol a/neu brofiad. Y rheolwr achos fydd yn bwynt cyswllt i'r cyflogai drwy gydol Ffit i Weithio. Yr unigolyn hwn fydd yn cysylltu â chi os bydd yn teimlo ei bod hi'n briodol cynnwys aelod o'ch sefydliad yn y broses o lunio'r Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith. Dylid cysylltu ag ef hefyd i drafod unrhyw argymhellion a nodir yn y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith.

A fydd y darparwr yn talu costau teithio ar gyfer asesiad?

Bydd angen i'ch cyflogai siarad â'i reolwr achos pan drefnir neu pan gynhelir asesiad i gael manylion pellach ar sut i wneud cais.

Atgyfeiriadau a Chymhwysedd

Pryd y gall fod angen atgyfeirio cyflogai i gael asesiad?

Gall fod angen cyfeirio pan fo cyflogai wedi bod yn absennol ers pedair wythnos ac nid yw wedi'i atgyfeirio gan ei feddyg teulu. Gall atgyfeirio cyflogai at Ffit i Weithio eich helpu chi, y cyflogai ei hun a'i feddyg teulu i'w gynorthwyo i ddychwelyd i'r gwaith.

A yw cyfnod o hunanardystio absenoldeb oherwydd salwch yn cyfrif tuag at y cyfnod o bedair wythnos o absenoldeb oherwydd salwch o dan Ffit i Weithio?

Ydy. Bydd y cyfnod hwn yn cyfrif tuag at y pedair wythnos o absenoldeb oherwydd salwch at ddibenion gofynion cymhwysedd Ffit i Weithio.

Beth yw'r gofynion cymhwysedd y mae angen eu bodloni er mwyn i gyflogwr atgyfeirio cyflogai?

Mae'n rhaid bod eich cyflogai:

- yn cael ei gyflogi o hyd
- wedi bod yn absennol o'r gwaith ers pedair wythnos neu fwy oherwydd salwch
- mae tebygolrwydd rhesymol y gall o leiaf ddychwelyd i'r gwaith yn raddol o fewn tri mis

Ni fydd eich cyflogeion yn gymwys i gael eu hatgyfeirio i gael asesiad Ffit i Weithio os yw unrhyw un o'r canlynol yn berthnasol iddynt:

- maent yn byw y tu allan i Gymru, Lloegr a'r Alban
- nid ydynt yn absennol o'r gwaith
- maent yn ddi-waith neu'n hunangyflogedig
- maent wedi'u hatgyfeirio at y gwasanaeth yn flaenorol o fewn cyfnod o 12 mis
- mae meddyg teulu'r cyflogai wedi'i atgyfeirio at Ffit i Weithio eisoes

Pryd na all fod angen atgyfeirio cyflogai i gael asesiad?

Efallai na fydd y cyflogeion canlynol yn addas i gael eu hatgyfeirio at Ffit i Weithio ond bydd meddygon teulu yn arfer eu barn glinigol i wneud penderfyniad:

- i) unigolion y cred y meddyg teulu, wrth arfer ei farn glinigol, nad oes gobaith realistig iddynt ddychwelyd i'r gwaith
- ii) cleifion/cyflogeion â salwch terfynol, oni bai bod y meddyg teulu, wrth arfer ei farn glinigol, yn ystyried y byddai atgyfeiriad a dychweliad i'r gwaith yn bosibl ac yn fuddiol i'r claf
- iii) cleifion mewnlol mewn ysbyty
- iv) cleifion yn ystod cyfnod aciwt o'u cyflwr meddygol

A yw'n orfodol i feddygon teulu a/neu gyflogwyr atgyfeirio cyflogeion at Ffit i Weithio?

Ym mhob achos, ystyrir mai atgyfeirio yw'r sefyllfa ddiofyn. Fodd bynnag, nid yw Ffit i Weithio yn orfodol. Os ydych yn ansicr ynghylch atgyfeirio cyflogai, cysylltwch â'r llinell gyngor.

A oes rhaid i gyflogeion ymgysylltu â Ffit i Weithio?

Ym mhob achos, ystyrir mai atgyfeirio yw'r sefyllfa ddiodyn. Fodd bynnag, nid yw Ffit i Weithio yn orfodol gan y bydd angen i'r cyflogai gydsynio.

A ellir atgyfeirio rhywun i gael asesiad yn gynharach neu'n hwyrach na phedair wythnos?

Dim ond meddygon teulu all atgyfeirio rhywun yn gynharach neu'n hwyrach na phedair wythnos o dan yr amgylchiadau canlynol:

- os yw'n amlwg y bydd cyflogai yn absennol am bedair wythnos ac y gall atgyfeiriad cynharach helpu i fyrhau'r cyfnod o absenoldeb oherwydd salwch
- efallai na fydd atgyfeiriad yn briodol ar ôl pedair wythnos, ond gallai fod yn briodol ar ôl chwe wythnos (e.e. cyfnod o wella yn dilyn llawdriniaeth i gael clun newydd)

Bydd y meddyg teulu yn arfer ei farn broffesiynol ynghylch priodolrwydd clinigol atgyfeiriadau. Dim ond ar ôl pedair wythnos o absenoldeb oherwydd salwch y gall cyflogwyr atgyfeirio cyflogai. Gall cyflogwyr hefyd wneud atgyfeiriadau yn hwyrach na phedwar wythnos.

Beth os yw unigolyn yn hunangyflogedig, yn ddi-waith, wedi bod yn absennol oherwydd salwch ers cyfnod hir neu'n cael cyfnodau byr o absenoldeb oherwydd salwch?

Ni all y grwpiau hyn gael eu hatgyfeirio i gael asesiad ond gallant ofyn am gyngor.

Beth fydd yn digwydd os bydd sefyllfa cyflogai yn newid yn ystod y broses atgyfeirio e.e. y cyflogai yn datblygu cyflwr iechyd arall, yn cael ei wneud yn ddi-waith ac ati?

Y meddyg teulu fydd â chyfrifoldeb clinigol am y cyflogai o hyd. Os bydd newid mewn perthynas ag unrhyw ffactor arall, efallai y bydd Ffit i Weithio yn diwygio'r Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith er mwyn ystyried gwybodaeth newydd, a bydd yn ystyried a ddylid rhyddhau cyflogai o'r gwasanaeth os nad oes unrhyw gymorth arall ar gael.

A fydd Ffit i Weithio yn ystyried cyflyrau arbenigol?

Mae Ffit i Weithio yn defnyddio dull cyfannol bioseicogymdeithasol o asesu, sy'n ystyried yr ystod lawn o faterion yn ymwneud â gwaith, iechyd, y cartref ac unrhyw faterion eraill sy'n atal cyflogai rhag dychwelyd i'r gwaith. Mae hyn yn berthnasol i bob cyflwr iechyd. Bydd y gwasanaeth asesu hefyd yn defnyddio gweithwyr proffesiynol â chymwyseddau priodol ym meysydd cyflyrau cyhyrsgerberbydol ac iechyd meddwl. Gallant nodi'r ystod lawn o rwystrau sy'n atal cyflogaion rhag dychwelyd i'r gwaith, a rhoi cyngor priodol.

A all cyflogai gael ei atgyfeirio at Ffit i Weithio am dymor hir neu gyflwr anwadal e.e. canser?

Gall. Gellir eu cyfeirio am gyflwr anwadal tymor hir os ydynt yn bodloni'r meini prawf cymhwyster.

A all Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith gael ei ddiweddarau gan weithiwr achos yn ystod y cyfnod o dri mis?

Gall. Gall rheolwr achos drefnu bod asesiad pellach yn cael ei gynnal a gall ddarparu fersiwn ddiwygiedig o'r Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith os yw hyn yn briodol yn ei farn glinigol ef.

Pa mor aml y gellir atgyfeirio unigolyn i Ffit i Weithio?

Gellir defnyddio'r llinell gyngor ar y we neu dros y ffôn cynifer o weithiau ag sydd ei angen. Nid oes terfyn o ran nifer yr unigolion cymwys y gellir eu hatgyfeirio, ond dim ond ar gyfer un asesiad y gellir atgyfeirio unigolyn mewn unrhyw gyfnod o 12 mis.

Cydsyniad a Diogelu Data

Beth fydd yn digwydd os na fydd cyflogai yn cydsynio i atgyfeiriad, i gynnal asesiad neu i rannu'r Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith?

Ni chaiff ei atgyfeirio at Ffit i Weithio, ni chaiff asesiad ei gynnal ac ni chaiff Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith ei rannu gyda chi, eich cyflogai a'i feddyg teulu.

Rhaid i'r cydsyniad fod yn glir, yn wybodus ac wedi'i roi o wirfodd, a dylid gofyn amdano ar bob pwynt yn y broses:

- cyn i'r cyflogai gael ei atgyfeirio at Ffit i Weithio gan ei feddyg teulu neu gyflogwr
- cyn i'r asesiad cychwynnol gael ei gynnal
- cyn i bob fersiwn o'r Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith gael ei rhannu gyda'r meddyg teulu a'r cyflogwr
- cyn i Ffit i Weithio gysylltu â'r meddyg teulu neu'r cyflogwr neu unrhyw drydydd parti os oes angen gwneud hynny fel rhan o'r asesiad

Credwn y bydd y buddiannau posibl yn golygu y bydd pob parti am fanteisio ar Ffit i Weithio, ac yn mynd ati i reoli achosion o absenoldeb oherwydd salwch gan ddilyn y cyngor yn y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith.

Sut rydych yn diogelu data?

Mae'r Adran Gwaith a Phensiynau, Llywodraeth yr Alban a darparwyr Ffit i Weithio yn Rheolyddion Data ar y cyd at ddibenion Deddf Diogelu Data 1998, mewn perthynas â data personol a gaiff eu prosesu gan yr Adran Gwaith a Phensiynau, Llywodraeth yr Alban a darparwyr at ddibenion Ffit i Weithio.

Yn ymarferol, Health Management Limited sy'n bennaf cyfrifol am sicrhau bod Ffit i Weithio yn cydymffurfio â'r Ddeddf Diogelu Data wrth brosesu gwybodaeth bersonol o ddydd i ddydd.

Mae Health Management Limited hefyd wedi rhoi mesurau a chamau diogelu ar waith sy'n briodol i natur y wybodaeth yn ei gadwyn gyflenwi a'r defnydd a wneir ohoni, a bydd yn cynnal y mesurau a'r camau diogelu hynny.

Cyfranogiad Cyflogwyr

Pa ran mae cyflogwyr yn ei chwarae?

Mae cyflogwyr yn chwarae rhan fel a ganlyn:

- Bydd Ffit i Weithio yn cysylltu â hwy fel rhan o'r asesiad os yw'r cyflogai yn cydsynio iddynt wneud hynny a bod angen gwybodaeth i ddatblygu'r Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith
- Maent yn ystyried yr argymhellion a nodir mewn Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith
- Maent yn atgyfeirio cyflogeion at Ffit i Weithio (pan fyddant ar gael)
- Defnyddio Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith fel datganiad o ffit i weithio

A oes angen i gyflogwyr gysylltu â meddyg teulu eu cyflogai pan fyddant yn ei atgyfeirio?

Nac oes. Gall fod yn ddefnyddiol gofyn i gyflogai os yw wedi'i atgyfeirio at Ffit i Weithio gan ei feddyg teulu ond nid oes angen cysylltu â'r meddyg teulu yn uniongyrchol. Os bydd Ffit i Weithio yn derbyn atgyfeiriadau dyblyg, caiff yr achosion eu cyfuno.

A all cyflogwyr atgyfeirio eu cyflogeion at y gwasanaeth asesu hyd yn oed os ydynt yn nesáu at oedran Pensiwn y Wladwriaeth?

Gallant. Gall cyflogai gael ei atgyfeirio at Ffit i Weithio beth bynnag fo'i oedran, ar yr amod ei fod yn bodloni'r meini prawf angenrheidiol. Bydd cyflogwyr yng Nghymru a Lloegr yn gallu gwneud atgyfeiriadau o hydref 2015. Yn yr Alban, bydd cyflogwyr yn gallu gwneud atgyfeiriadau o wanwyn 2015.

Beth os na fydd cyflogwr yn gweithredu'r argymhellion?

Y cyflogwr, y cyflogai a'r meddyg teulu sy'n gyfrifol am benderfynu a ddylid gweithredu ymyriadau a argymhellir mewn Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith yn dilyn asesiad, yn dibynnu ar natur yr argymhelliad. Nid yw'n orfodol i weithredu'r ymyriadau a argymhellir gan Ffit i Weithio, oni fydd angen gwneud hynny er mwyn cyflawni rhwymedigaethau'r cyflogwr o dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010.

Bydd cyflogwyr yn parhau i fod yn gyfrifol am reoli achosion o absenoldeb felly nhw fydd yn penderfynu a yw'r ymyriadau/addasiadau yn rhesymol ac yn fforddiadwy.

Fodd bynnag, byddem yn annog pob parti i fynd ati i reoli achosion o absenoldeb oherwydd salwch ac i weithredu argymhellion Ffit i Weithio gan fod buddiannau i gyflogwyr, cyflogeion a meddygon teulu.

Rydym hefyd yn gobeithio y bydd esemptiad treth y Llywodraeth yn annog cyflogwyr i dalu am unrhyw ymyriadau meddygol a all gael eu hargymell mewn Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith.

Hefyd, pan fo cyflogeion yn bodloni'r meini prawf ar gyfer **Mynediad i Waith**, gallant wneud cais am gymorth gan y rhaglen, fel cymhorthion a chyfarpar arbenigol neu weithwyr cymorth. Am ragor o wybodaeth, ewch i GOV.UK - Mynediad i Waith.

Sut mae Ffit i Weithio yn ategu Gwasanaethau Iechyd Galwedigaethol a ddarperir gan y cyflogwr?

Y bwriad yw bod Ffit i Weithio yn ategu unrhyw ddarpariaeth iechyd galwedigaethol sy'n bodoli eisoes, yn hytrach na'i disodli. Bydd Ffit i Weithio yn darparu rhai agweddau ar wasanaeth iechyd galwedigaethol, ond ni fydd yn darparu gwasanaeth cwbl gynhwysfawr. Bydd Ffit i Weithio yn llenwi unrhyw fylchau mewn cymorth, yn enwedig ymhlith cyflogwyr llai o faint. Dim ond un o bob deg o'r cyflogwyr hyn sy'n darparu gwasanaethau iechyd galwedigaethol i gyflogeion (o gymharu ag un o bob wyth cyflogwr mawr).²

² Young, V. and Bhaumik, C. (2011) Health and well-being at work: a survey of employers. DWP Research Report No 750. (Ffigur 3.1)

Mae'r gwahaniaethau canlynol yn berthnasol:

	Iechyd Galwedigaethol y Cyflogwr	Ffit i Weithio
Llwybrau Atgyfeirio	Cyflogwr ac unigolyn	Meddyg teulu a chyflogwr
Gwasanaethau	Wedi'u hysgogi a'i gytuno gan y cyflogwr	Asesiad o absenoldeb oherwydd salwch
Pwynt Cyfranogi	Wedi'i ysgogi a'i gytuno gan y cyflogwr	Ar ôl pedair wythnos
Amllder y Cyswllt	Wedi'i ysgogi a'i gytuno gan y cyflogwr	Cyswllt yn ôl yr angen â'ch rheolwr achos
Gwybodaeth am y Gweithle	Da	Yn seiliedig ar wybodaeth y cyflogai a'r cyflogwr
Hyd y Cyfranogiad	Wedi'i ysgogi a'i gytuno gan y cyflogwr	Rhyddhau yn orfodol ar ôl tri mis
Ansawdd y Cyfranogiad	Wedi'i ysgogi a'i gytuno gan y cyflogwr	Un atgyfeiriad mewn cyfnod o 12 mis

Pan fydd y rheolwr achos yn tybio ei bod yn briodol a phan fydd y cyflogai yn cydsynio, ymgynghorir â gwasanaethau iechyd galwedigaethol y cyflogwr wrth lunio'r Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith ac wrth drafod yr argymhellion yn y Cynllun terfynol.

Beth fydd yn digwydd os canfyddir na all y cyflogai ddychwelyd i'r gwaith, ni waeth beth fo'r ymyriad?

Bydd y cyflogwr yn parhau i fod yn gyfrifol am reoli'r absenoldeb. Fel sy'n digwydd ar hyn o bryd, y cyflogwr fydd yn penderfynu pa gamau y dylid eu cymryd os na fydd cyflogai yn cymryd rhan yn Ffit i Weithio, neu os na fydd yn dychwelyd i'r gwaith ar yr adeg a nodir yn y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith

Ni fydd Ffit i Weithio yn gwneud unrhyw argymhellion mewn perthynas â hyn nac unrhyw faterion cytundebol.

A all cyflogwyr ofyn am nodiadau ffitrwydd o hyd?

Pan fydd cyflogai wedi dewis rhannu ei Gynllun Dychwelyd i'r Gwaith gyda chi, dylai'r Cynllun hwnnw gynnwys y wybodaeth sydd ei hangen arnoch yn ôl y gyfraithith i benderfynu ar ei ffitrwydd i weithio at ddibenion Tâl Salwch Statudol. Os felly, ni ddylech ofyn am nodiadau ffitrwydd er mwyn osgoi ymgynghoriadau diangen â phractisau meddyg teulu.

Bydd angen i gyflogai gael nodyn ffitrwydd i gwmpasu'r cyfnod rhwng yr atgyfeiriad a chyflwyno Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith. Yn y rhan fwyaf o achosion, byddai nodyn ffitrwydd sy'n ddilys am bythefnos yn cwmpasu'r cyfnod hwn ond efallai y bydd achosion lle y bydd angen cael nodyn ffitrwydd am gyfnod hwy.

Unwaith y caiff Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith ei gyflwyno, gellir ei ddefnyddio yn lle nodyn ffitrwydd. Nid yw'n ofynnol i feddygon teulu roi nodyn ffitrwydd yn yr amgylchiadau hynny.

Fodd bynnag, os na fydd cyflogai yn cydsynio i'w Gynllun Dychwelyd i'r Gwaith gael ei rannu â chi, neu os na fyddwch yn derbyn Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith fel tystiolaeth ddigonol o anallu unigolyn i weithio, gall cyflogai ofyn am nodyn ffitrwydd gan eu meddyg teulu. Dylai meddygon teulu arfer eu barn broffesiynol wrth benderfynu a oes angen nodyn ffitrwydd.

Sut mae Ffit i Weithio yn effeithio ar Dâl Salwch Statudol?

Mae deddfwriaeth yn caniatáu i Gynllun Dychwelyd i'r Gwaith gael ei dderbyn gan gyflogwyr fel tystiolaeth feddygol i ddangos a yw cyflogai yn ffit i weithio yn lle nodyn ffitrwydd at ddibenion Tâl Salwch Statudol. Ni ddylai fod angen nodyn ffitrwydd a Chynllun Dychwelyd i'r Gwaith ar gyflogai os yw wedi dewis rhannu ei Gynllun Dychwelyd i'r Gwaith gyda'i gyflogwr, er efallai na fydd hyn yn digwydd ym mhob achos.

Nid yw Ffit i Weithio yn orfodol ac efallai na chaiff Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith ei baratoi ym mhob achos. Felly, gall nodyn ffitrwydd gael ei roi o hyd os oes ei angen ym marn glinigol y meddyg teulu.

Sut mae cyflogwyr yn hawlio esemptiadau treth?

Bydd yr esemptiad treth yn dod i rym o 1 Ionawr 2015. Ni fydd angen hawlio'r esemptiad gan CThEM - caiff ei gymhwyso gan y cyflogwr pan fydd yn darparu'r budd. Am ragor o wybodaeth, ewch i wefan CThEM: www.hmrc.gov.uk.

A oes esemptiadau treth ar gael i gyrff y Llywodraeth?

Oes - mae esemptiadau treth ar gael i gyrff y Llywodraeth.

Cynlluniau Dychwelyd i'r Gwaith

Beth yw Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith?

Cynllun yw hwn a gaiff ei lunio gan weithiwr iechyd proffesiynol ar y cyd â'ch cyflogai yn dilyn asesiad Ffit i Weithio. Bydd y cynllun yn cynnwys camau y gallwch chi, eich cyflogai a'i feddyg teulu eu cymryd i helpu'r cyflogai i ddychwelyd i'r gwaith cyn gynted â phosibl.

Mae deddfwriaeth yn caniatáu i chi dderbyn Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith fel gwybodaeth feddygol ddigonol at ddibenion penderfynu a oes gan y cyflogai hawl i gael Tâl Salwch Statudol. Felly, gall Cynlluniau Dychwelyd i'r Gwaith gael eu derbyn yn lle nodyn ffitrwydd.

Beth fydd yn digwydd os na fydd y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith yn darparu tystiolaeth ar gyfer absenoldeb oherwydd salwch?

Bydd y Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith yn nodi os nad yw eich cyflogai yn ffit i weithio neu os gall fod yn ffit i weithio ar yr amod y gallwch chi, fel cyflogwr, gyflawni argymhellion. Mewn rhai achosion, gall Ffit i Weithio nodi cyflogai sy'n ffit i weithio ac nad oes angen iddo gymryd unrhyw gyfnod pellach o absenoldeb. Os na chaiff unrhyw gyfnodau pellach o absenoldeb eu nodi, mae'r gwasanaeth wedi dyfarnu bod eich cyflogai yn ffit i weithio.

Yn absenoldeb nodyn ffitrwydd, gall cyflogwyr dderbyn tystiolaeth feddygol arall sy'n ymwneud â ffitrwydd i weithio ac sy'n ddigonol o ran amgylchiadau achosion penodol. Gellir gofyn am nodyn ffitrwydd neu ddarparu nodyn ffitrwydd o hyd.

Os byddwch yn derbyn Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith fel tystiolaeth ddigonol, ni ddylech ofyn am nodiadau ffitrwydd er mwyn osgoi ymgynghoriadau diangen â meddygon teulu.

A yw'n orfodol dilyn yr argymhellion mewn Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith?

Nid yw'n orfodol i gyflawni'r ymyriadau a argymhellir gan Ffit i Weithio. Y cyflogwr, y cyflogai a'r meddyg teulu fydd yn penderfynu a ddylid gweithredu ymyriadau, yn dibynnu ar natur yr argymhelliad. Fodd bynnag, byddem yn annog pob parti i weithredu argymhellion Ffit i Weithio.

Rwyf wedi derbyn Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith ond mae'r gyfraith yn ei ddweud fod angen nodyn ffitrwydd arnaf i dalu Tâl Salwch Statudol. A oes angen y ddau arnaf?

Mae'n bwysig i gyflogwyr gofio bod deddfwriaeth yn caniatáu i'r Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith gael ei derbyn yn yr un ffordd ag y byddech yn derbyn nodyn ffitrwydd meddyg teulu. Felly, gallwch ofyn i'ch cyflogai rhoi Cynllun Dychwelyd i'r Gwaith i chi fel tystiolaeth o Ddatganiad Ffit i Weithio. Fel yn achos y nodyn ffitrwydd, gall eich cyflogai dal ddewis darparu tystiolaeth amgen os yw'r dystiolaeth yn cynnwys digon o wybodaeth feddygol i chi benderfynu ar ei hawl i Dâl Salwch Statudol.

Gwybodaeth bellach

Sut mae Ffit i Weithio yn casglu adborth?

Bydd gwaith dilynol yn cael ei wneud lle y bydd Ffit i Weithio yn cysylltu â chyflogaion, cyflogwyr a meddygon teulu i gael adborth ar ôl i'r broses ddod i ben. Caiff yr adborth ei gasglu ar ffurf holiadur dros yr e-bost neu'r ffôn. Bydd hyn yn helpu i sicrhau bod y gwasanaeth asesu yn cael ei werthuso a'i wella'n barhaus.

Sut y bydd Ffit i Weithio yn delio ag anghydfodau yn y gwaith?

Gall anghydfodau yn y gwaith gael eu hystyried yn achosion cymhleth. Ymdrinnir ag achosion o'r fath ar sail unigol gan ystyried yr holl amgylchiadau. Caiff cymorth ei roi i fynd i'r afael â'r anhawster gyda'r cyflogai, gyda chyfeiriadau priodol at asiantaethau priodol e.e. cyfryngu.

Pa ffynonellau cymorth eraill sydd ar gael i bobl â chyflyrau iechyd i'w helpu i ddychwelyd i'r gwaith neu chwilio am waith?

I gael gwybodaeth a chynghor diduedd am ddim ar bob agwedd ar gysylltiadau yn y gweithle a chyfraith cyflogaeth, cysylltwch ag ACAS yn www.acas.org.uk neu ar 0300 123 1100.

Cyngor Gyrfaoedd

Lloegr: www.nationalcareersservice.direct.gov.uk/advice/Pages/default.aspx

Yr Alban: www.skillsdevelopmentscotland.co.uk

Cymru: www.careerswales.com

Mynediad i Waith

www.gov.uk/access-to-work/overview

Paru Swyddi Ar-lein

www.gov.uk/jobsearch

Ble y gallaf gael rhagor o wybodaeth am absenoldeb oherwydd salwch?

Mae gwybodaeth am reoli achosion o absenoldeb oherwydd salwch ar gael o nifer o ffynonellau gan gynnwys y Gwasanaeth Cynghori, Cymodi a Chyflafareddu (ACAS), gwasanaethau iechyd galwedigaethol y telir amdanynt, 'Working Health Services' yn yr Alban,

'Cymru Iach ar Waith' yng Nghymru ac, yn fwy cyffredinol, ar wefan y Llywodraeth, Gov.UK, sydd hefyd yn rhoi cyngor ar chwilio am swyddi drwy Paru Swyddi Ar-lein.

Gall cyflogwyr hefyd ddefnyddio llinell gyngor a gwefan Ffit i Weithio:

Cymru a Lloegr:

www.fitforwork.org

0800 032 6235

Llinell Gymraeg:

www.fitforwork.org

0800 032 6233

Llinell Gymraeg:

www.fitforworkscotland.scot

0800 019 2211

Sut y gallaf roi adborth neu wneud cwyn?

Gallwch wneud cwyn drwy ffonio:

Cymru a Lloegr:

0800 032 6235

Oriau agor: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 8.30am a 6.00pm

Llinell Gymraeg:

0800 032 6233

Oriau agor: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 8.30am a 6.00pm

Yr Alban:

0800 019 2211

Oriau agor: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 9.00am a 5.00pm

Beth yw oriau agor Ffit i Weithio?

Cymru a Lloegr:

Oriau agor ar gyfer cyngor: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 8.30am a 6.00pm

Oriau agor ar gyfer asesiadau: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 8.30am a 6.00pm

Llinell Gymraeg:

Oriau agor ar gyfer cyngor: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 8.30am a 6.00pm

Oriau agor ar gyfer asesiadau: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 8.30am a 6.00pm

Yr Alban:

Oriau agor ar gyfer cyngor: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 9.00am a 5.00pm

Oriau agor ar gyfer asesiadau: dydd Llun i ddydd Gwener rhwng 9.00am a 8.00pm



Adran Gwaith
a Phensiynau

Cyhoeddwyd gan
yr Adran Gwaith a Phensiynau
Dyddiad: Rhagfyr 2015
www.gov.uk/dwp