# Mythau Iechyd a Diogelwch Mawr

**Y myth** Rheolau iechyd a diogelwch yn mynd â'r hwyl allan o gaeau chwarae

**Y gwirionedd** Rydym eisiau i gaeau chwarae fod yn fannau cyffrous a heriol. Dylai plant gael hwyl ynddynt, dod yn ffit, datblygu sgiliau cymdeithasol a dysgu sut i ymdrin â risgiau.

Taro'r cydbwysedd cywir sy'n bwysig – diogelu plant rhag niwed tra'n rhoi rhyddid iddynt ddatblygu annibyniaeth ac ymwybyddiaeth o risg. Mae caeau chwarae cyffrous a heriol yn gwneud hyn, ond mae caeau chwarae a gaiff eu cynnal a'u cadw neu eu cynllunio'n wael yn broblem.

Nid yw deddfau iechyd a diogelwch yn atal plant rhag cael hwyl ond mae camau sydd heb eu hystyried yn iawn neu sy'n or-amddiffynnol yn gwneud hynny.