Y Cyfamod Rhyngwladol ar Hawliau Economaidd, Cymdeithasol a Diwylliannol: Mewn Cymraeg clir

Yn 1976 fe wnaeth Llywodraeth y DU 'gymeradwyo' y Cyfamod Rhyngwladol ar Hawliau Economaidd, Diwylliannol a Chymdeithasol. Mae hyn yn golygu ei bod wedi cytuno i gydnabod a gwireddu'r hawliau isod i bob person yn y DU.

Erthygl 1 – Hunanbenderfyniaeth

Mae gan bawb yr hawl i hunanbenderfyniaeth – hynny yw, i benderfynu eu tynged eu hunain.

Erthygl 2 – Dyletswyddau a pheidio â gwahaniaethu

Rhaid i'r llywodraeth wneud popeth posib i weithredu'r Cyfamod hwn. Dylai wella gallu pobl i arfer hawliau economaidd, cymdeithasol a diwylliannol yn raddol dros amser. I wneud hyn, rhaid iddi ddefnyddio'r holl adnoddau sydd ar gael iddi (gan gynnwys arian).

Rhaid i'r llywodraeth sicrhau'r holl hawliau economaidd, cymdeithasol a diwylliannol i bawb, heb eithriad. Mae gan y llywodraeth ddyletswydd i warchod pawb rhag unrhyw fath o wahaniaethu. Mae hyn yn golygu bod gan bawb yr un hawliau, dim ots beth yw eu:

- Rhyw
- Hil neu liw eu croen
- Iaith
- Cred grefyddol (neu ddiffyg cred)
- Barn wleidyddol
- Faint o eiddo sydd ganddynt
- I ba grŵp cymdeithasol maen nhw'n cael eu geni
- O ba wlad maen nhw'n dod
- Neu unrhyw wahaniaeth arall

Erthygl 3 – Cydraddoldeb rhwng dynion a merched

Mae dynion a merched yn gyfartal ac mae ganddynt yr hawl i arfer hawliau economaidd, cymdeithasol a diwylliannol i'r un graddau.

Erthygl 4 – Cyfyngu ar hawliau

Gall y llywodraeth gyfyngu ar hawliau weithiau, ond dim ond mewn nifer isel o sefyllfaoedd penodol:

- Pan fydd y cyfyngiadau wedi'u hamlinellu mewn cyfraith
- Pan nad yw'r cyfyngiadau'n tanseilio hawliau'r Cyfamod
- Pan fydd angen y cyfyngiadau i gefnogi cymdeithas deg a chyfiawn
- Pan fydd angen y cyfyngiadau i ddiogelu hawliau aelodau eraill o gymdeithas

Erthygl 5 – Diogelu hawliau a rhyddid

Ni ellir defnyddio unrhyw ran o'r Cyfamod hwn fel esgus i lywodraethau neu bobl wneud unrhyw beth sy'n niweidio hawliau pobl eraill.

Erthygl 6 – Yr hawl i weithio

Mae gennych yr hawl i weithio, i gael rhyddid i ddewis eich gwaith, ac i amddiffyn eich hawliau yn y gwaith. Rhaid i lywodraethau roi cymorth i bobl heb waith o'r fath drwy addysg a hyfforddiant.

Erthygl 7 – Yr hawl i amodau teg a ffafriol yn y gwaith

Mae gan bawb yr hawl i amodau teg a ffafriol yn y gwaith. Mae hyn yn golygu bod gan bawb yr hawl i'r canlynol o leiaf:

- Cyflog teg nad yw'n gwahaniaethu rhwng gwahanol weithwyr
- Yr un tâl ag unrhyw un arall am waith o werth cyfartal
- Cyflog sy'n caniatáu i berson a'i deulu gael bywyd boddhaol
- Amodau gweithio diogel ac iach
- Cyfle cyfartal i gael dyrchafiad ar sail hynafedd a medrusrwydd yn unig
- Seibiant, hamdden a chyfyngiad rhesymol ar oriau gwaith
- Gwyliau blynyddol â thâl a gwyliau cyhoeddus

Erthygl 8 – Hawliau undebau llafur

- Mae gan bawb yr hawl i ymuno ag undebau llafur ac i ffurfio undeb llafur, sy'n dod ynghyd i frwydro dros dâl teg ac amodau gweithio da. Gall undebau llafur drefnu ar lefel genedlaethol a rhyngwladol.
- Ni chaiff y llywodraeth ymyrryd ag undebau llafur oni bai fod y cyfyngiadau wedi'u hamlinellu mewn cyfraith a'u pwrpas yw diogelu'r cyhoedd, a'u hawliau a'u rhyddid. Gall y llywodraeth gyfyngu ar hawliau undebau llafur aelodau o'r lluoedd arfog, yr heddlu a gwasanaethau cyhoeddus.
- Mae gan bawb yr hawl i roi'r gorau i weithio (streicio) pan nad ydynt yn cael eu trin yn deg.

Erthygl 9 – Yr hawl i gael nawdd cymdeithasol

Mae gan bawb yr hawl i gael nawdd cymdeithasol. Mae hyn yn golygu bod yn rhaid i lywodraethau sicrhau bod system nawdd cymdeithasol ar waith sy'n darparu arian neu gymorth arall i helpu pobl mewn angen.

Erthygl 10 – Diogelu'r teulu, yn enwedig mamau a phlant

- Rhaid i lywodraethau roi cymorth ac amddiffyniad arbennig i'r teulu, yn enwedig mamau a phlant.
- Mae gan bawb yr hawl i ddewis a ydynt am briodi ai peidio, a phwy maen nhw am briodi.
- Rhaid i lywodraethau ddiogelu mamau yn ystod beichiogrwydd a chyn ac ar ôl geni, gan gynnwys drwy sicrhau bod gan famau sy'n gweithio absenoldeb mamolaeth â thâl. Rhaid rhoi cymorth arbennig i blant dim ots pwy yw eu rhieni na sut deulu sydd ganddynt.
- Rhaid i lywodraethau ddiogelu plant a phobl ifanc rhag camfanteisio a gwahardd unrhyw waith sy'n beryglus iddynt, a chosbi cyflogwyr sy'n torri'r cyfreithiau hyn.
- Rhaid i lywodraethau bennu oedran na chaiff plant o dan yr oedran hwn weithio.

Erthygl 11 – Yr hawl i safon byw ddigonol

- Mae gan bawb hawl i safon byw ddigonol ar gyfer eu hunain a'u teulu – mae hyn yn cynnwys bwyd, tai a dillad da.
- Mae gan bawb yr hawl i ansawdd bywyd sy'n gwella dros amser.
- Mae gan bawb yr hawl i fod yn rhydd rhag newyn. Mae dyletswydd ar bob llywodraeth i sicrhau bod cyflenwadau bwyd y byd yn cyrraedd pawb yn deg, er mwyn sicrhau nad oes unrhyw un yn llwgu.

- Rhaid i lywodraethau weithio tuag at wireddu'r hawliau hyn i bawb, gan gynnwys drwy weithio gyda llywodraethau eraill.

Erthygl 12 – Yr hawl i iechyd (corfforol a meddyliol)

Mae gan bawb yr hawl i'r safon iechyd orau bosib o ran eu hiechyd corfforol a meddyliol. Rhaid i lywodraethau gymryd camau i wneud y canlynol:

- Sicrhau bod llai o fabanod yn marw cyn ac ar ôl geni
- Sicrhau bod plant yn gallu tyfu i fyny yn iach
- Gwella'r amgylcheddau lle mae pobl yn byw ac yn gweithio i sicrhau nad ydynt yn niweidio eu hiechyd
- Cymryd y camau angenrheidiol i atal, rheoli a thrin afiechydon
- Hybu system iechyd er mwyn i bawb allu cael cymorth meddygol pan fyddant yn sâl.

Erthygl 13 – Yr hawl i addysg

Mae gan bawb yr hawl i gael addysg. Pwrpas yr addysg honno yw:

- Helpu pobl i ddatblygu eu personoliaeth yn llawn ac i ddeall eu gwerth fel pobl
- Deall ein hawliau ein hunain a pharchu hawliau a gwahaniaethau pobl eraill
- Helpu pobl i gymryd rhan yn y gymdeithas maen nhw'n byw ynddi ac i fyw'n heddychlon, gan barchu pawb

I wireddu'r hawl i addysg, rhaid i lywodraethau sicrhau:

- Bod addysg gynradd yn orfodol ac yn ddi-dâl i bawb
- Dylai addysg uwchradd (mewn amrywiaeth o ffurfiau) fod ar gael i bawb ac, mewn amser, yn ddi-dâl
- Dylai addysg uwch fod ar gael i bawb ac, mewn amser, yn ddi-dâl
- Bod pobl sydd heb orffen addysg gynradd yn gallu cael gafael ar fathau eraill o addysg
- Eu bod yn datblygu'r system ysgolion ac yn gwella amodau athrawon yn barhaus

Yn olaf:

- Mae gan rieni a gwarcheidwaid y rhyddid i ddewis pa ysgolion mae eu plant yn eu mynychu cyhyd â bod yr ysgolion hyn yn cyrraedd safonau addysg sylfaenol y llywodraeth
- Mae gan rieni a gwarcheidwaid y rhyddid i ddewis addysg grefyddol a moesol eu plant
- Caiff unrhyw un sefydlu ac arwain ysgol cyhyd â'u bod yn cyrraedd safonau addysg sylfaenol y llywodraeth

Erthygl 14 – Darparu addysg gynradd ddi-dâl

O fewn dwy flynedd i ymuno â'r Cyfamod hwn, rhaid i lywodraethau gael cynllun gweithredu i sicrhau bod addysg gynradd yn orfodol ac yn ddi-dâl i bawb.

Erthygl 15 – Hawliau diwylliannol

Mae gan bawb yr hawl i gymryd rhan mewn gweithgareddau diwylliannol, i elwa ar ganlyniadau cynnydd gwyddonol, ac i berchnogi unrhyw syniad neu ddyluniad maen nhw'n ei greu.
Rhaid i lywodraethau wneud y canlynol:

- Cynnal, datblygu a dosbarthu gwyddoniaeth a diwylliant
- Parchu'r rhyddid i gymryd rhan mewn ymchwil ac i greu celfyddyd

Erthyglau 16-24 – Archwilio sut mae hawliau'n cael eu harfer

Mae'r erthyglau hyn yn esbonio sut mae llywodraethau, gwahanol gyrff y Cenhedloedd Unedig a sefydliadau eraill yn gweithio i sicrhau bod popeth yn cael ei wneud i sicrhau bod pawb yn gallu arfer eu holl hawliau.

Erthygl 25 – Defnyddio cyfoeth ac adnoddau naturiol

Mae'r erthygl yn esbonio na ellir defnyddio unrhyw ran o'r Cyfamod i gyfyngu ar hawliau pob person i fwynhau a defnyddio ei gyfoeth a'i adnoddau naturiol (fel dŵr, tir, mwynau) yn rhydd.

Erthyglau 26-31 – Beth mae cytuno i'r Cyfamod yn ei olygu

Mae'r erthyglau hyn yn esbonio sut mae llywodraethau'n cytuno i ddilyn y safonau a amlinellir yn y Cyfamod a sut gellir newid y Cyfamod. Maen nhw hefyd yn ei gwneud yn glir, pan fydd llywodraeth wedi cytuno i'r Cyfamod, ei fod yn berthnasol i bob rhan o'r wlad honno ac i bawb sy'n gwneud penderfyniadau yn y llywodraeth.

Cafodd y canllaw hwn ei gynhyrchu gan gyfeirio at y dogfennau canlynol:

- *Y Cyfamod Rhyngwladol ar Hawliau Economaidd, Cymdeithasol a Diwylliannol | OHCHR)*
- *Easy-to-read-ICCPR-ICESCR.pdf (ohchr.org)*
- *icescr-child_friendly_version.pdf (childrightsconnect.org)*