

## Eich iechyd, eich diogelwch: Arweiniad i weithwyr

Your health, your safety: A guide for workers

Lluniwyd y wybodaeth hon gan yr Awdurdod Gweithredol Iechyd a Diogelwch (HSE) ar y cyd â Chyngres yr Undebau Llafur (TUC). Un o sefydliadau'r llywodraeth yw'r HSE sy'n gweithio i ddiogelu iechyd, diogelwch a lles gweithwyr drwy orfodi cyfraith iechyd a diogelwch a chynnig cyngor a chymorth. Mae'r TUC yn cynrychioli dros 70 o undebau llafur gyda dros 6.5 miliwn o aelodau. Mae'n ymgyrchu dros degwch a safonau rhesymol yn y gwaith.

Os ydych yn gyflogai (amser llawn neu ran amser, dros dro neu'n barhaol), mae'r wybodaeth hon yn esbonio beth yw eich hawliau, beth y dylech ei ddisgwyl gan eich cyflogwr, pa gyfrifoldebau sydd gennych a ble i fynd i gael help. Mae hefyd yn berthnasol i chi os ydych yn berson ifanc yn gwneud profiad gwaith, yn brentis, yn gweithio i elusen, yn weithiwr symudol neu'n gweithio yn y cartref.

Os ydych yn gweithio dros dro, yn achlysurol neu'n gweithio i asiantaeth, mae gan y busnes/asiantaeth cyflogaeth, y meistr, y contractwr neu'r huriwr rydych yn gweithio iddo ddyletswydd gyfreithio i sicrhau eich bod yn cael yr hawliau a nodir yma.

### Mae gennych yr hawl:

- I weithio mewn llefydd lle caiff yr holl risgiau i'ch iechyd a'ch diogelwch eu rheoli'n briodol.
- I roi'r gorau i weithio a gadael yr ardal os ydych yn credu eich bod mewn perygl.
- I hysbysu eich cyflogwr am faterion neu bryderon sy'n ymwneud ag iechyd a diogelwch.
- I gysylltu â'r HSE neu eich awdurdod lleol os oes gennych bryderon iechyd a diogelwch o hyd ac ni fydd hyn yn golygu y byddwch mewn trafferth.
- I ymuno ag undeb llafur a bod yn gynrychiolydd diogelwch.
- I gael eich talu am gymryd amser oddi wrth y gwaith i gael hyfforddiant os ydych yn gynrychiolydd diogelwch.
- I gael seibiant o 20 munud o leiaf os ydych yn gweithio mwy na chwe awr ar y tro ac i gael cyfnod blynyddol o wyliau â thâl.

### Mae'n rhaid i chi:

- Ofalu am eich iechyd a'ch diogelwch eich hun a iechyd a diogelwch pobl a allai gael eu heffeithio gan y pethau y byddwch yn eu gwneud (neu ddim yn eu gwneud).
- Cydweithredu ag eraill o ran iechyd a diogelwch, a pheidio ag ymyrryd ag unrhyw beth a ddarperir ar gyfer eich iechyd, eich diogelwch neu eich lles, na'i gamddefnyddio.



### **Mae'n rhaid i'ch cyflogwr ddweud wrthyhch:**

- Am risgiau i'ch iechyd a'ch diogelwch yn sgîl arferion gweithio presennol neu arfaethedig.
- Am bethau neu newidiadau a allai niweidio eich iechyd a diogelwch neu effeithio arnynt.
- Sut i wneud eich swydd yn ddiogel.
- Beth a wneir i ddiogelu eich iechyd a'ch diogelwch.
- Sut i gael triniaeth cymorth cyntaf.
- Beth i'w wneud mewn argyfwng.

### **Mae'n rhaid i'ch cyflogwr ddarparu'r canlynol am ddim:**

- Hyfforddiant i wneud eich swydd yn ddiogel.
- Diogelwch i chi yn y gwaith pan fydd angen hynny arnoch (fel dillad neu esgidiau, offer i ddiogelu llygaid a chlustiau, menig, masgiau ac ati).
- Archwiliadau iechyd os oes perygl o salwch oherwydd eich gwaith.
- Archwiliadau iechyd rheolaidd os ydych yn gweithio nosweithiau ac archwiliad cyn i chi ddechrau.

(Noder: Os ydych yn hunan-gyflogedig go iawn rydych yn gyfrifol am wneud eich trefniadau cymorth cyntaf a darparu hyfforddiant, offer diogelwch ac archwiliadau iechyd eich hun, ac am drefnu eich amser gweithio eich hun.)

### **Mae'n rhaid i'ch cyflogwr roi'r wybodaeth ganlynol i chi:**

- *Cyfraith iechyd a diogelwch: Beth y dylech ei wybod.* Dylai hyn roi manylion cyswllt pobl sy'n gallu helpu.
- Datganiad polisi iechyd a diogelwch y sefydliad.
- Tystysgrif Atebolrwydd Cyflogwyr (Yswiriant Gorfodol) gyfredol y gellir ei darllen yn eich gweithle.

### **Beth i'w wneud os ydych yn pryderu am eich iechyd a'ch diogelwch:**

- Ffoniwch Linell Wybodaeth HSE ar 08701 545500 i gael cyngor neu i gwyno, neu linell Know Your Rights y TUC ar 0870 600 4882.
- Os hoffech siarad â rhywun mewn iaith sy'n fwy addas i chi ffoniwch 08701 545500 a dywedwch beth yw eich dewis iaith wrth y cysylltydd.
- Os ydych wedi colli eich swydd oherwydd mater iechyd a diogelwch efallai y gallwch gwyno i Dribiwnlys Cyflogaeth. Gofynnwch i'ch undeb llafur neu Ganolfan Cyngor ar Bopeth am gyngor.

