Gweithio’n Ddiogel drwy Covid-19
Saith Egwyddor Cynhwysol ar gyfer Sefydliadau Celfyddydol a Diwylliannol

Mae’r gyfres o ganllawiau a luniwyd gan Lywodraeth y DU a’r Llywodraethau Datganoledig i gefnogi’r diwydiannau diwylliannol i ailagor yn canolbwyntio gan mwyaf ar y prif faterion diogelwch. Mae nifer o Sefydliadau Cymorth y Sector hefyd wedi datblygu canllawiau ychwanegol ond mae mynediad yn aml yn fater sydd wedi’i anwybyddu.

Mae’r ddogfen hon yn rhoi’r dulliau i sefydliadau ac unigolion celfyddydol a diwylliannol fynd i’r afael â darparu ac adfer yn benodol drwy lens Anabledd a’r ddeddfwriaeth Cydraddoldeb berthnasol. Drwy gynnig saith egwyddor clir, rydym yn dymuno cefnogi’r diwydiant i wneud penderfyniadau mewn modd cynhwysol, er mwyn mynd y tu hwnt i gydymffurfiaeth a dathlu amrywiaeth. Rydym yn credu y bydd hyn yn arwain at oblygiadau cymdeithasol, economaidd a moesegol eang ar gyfer y celfyddydau a diwylliant.

Mae’r Egwyddorion a’r enghreifftiau o arferion da a gynigir yma yn adnodd hanfodol ar gyfer staff o bob gradd ym mhob sefydliad celfyddydol a diwylliannol. Maent yn cynnwys goblygiadau ar gyfer staff artistig a rheoli, staff technegol, yn ogystal â thimau blaen tŷ a’r swyddfa docynnau sy’n dod i gysylltiad â’r cyhoedd. Bydd glynu wrth yr Egwyddorion yn cynorthwyo sefydliadau celfyddydol i gefnogi cyfranogiad hanfodol pobl anabl fel cynulleidfaoedd ac ymwelwyr, y gweithlu creadigol gan gynnwys artistiaid, ymarferwyr creadigol llawrydd a gweithlu cyflogedig y sector.

Mae’r term “anabl” yng nghyd-destun y ddogfen hon yn cwmpasu pobl sy’n diffinio eu hunain fel person B/byddar, niwroamrywiol, person anabl neu berson ag anabledd dysgu.

Y Saith Egwyddor Gynhwysol yw:

1. Rhaid i holl weithgareddau’r sefydliad gydymffurfio â gofynion y Ddeddf Cydraddoldeb (2010) a rhaid gwneud addasiadau rhesymol i’r arferion gweithredu sy’n sicrhau na wahaniaethir yn erbyn pobl anabl mewn modd anghyfreithlon

2. Dylid cymryd yr holl gamau sy’n gysylltiedig â phobl anabl yn unol â’r Model Cymdeithasol o Anabledd a dylid anelu at herio rhagfarn ar sail anabledd a’i ddiddymu

3. Cydgynhyrchu gyda phobl anabl: dylid ymgynghori â phobl anabl pan fydd sefydliadau’n datblygu cynlluniau gweithredu ac ailagor pwrpasol, a chynnal Asesiadau Effaith ar Gydraddoldeb cyn gwneud penderfyniadau

4. Mae angen i sefydliadau ddarparu gwybodaeth glir, cywir a chynhwysfawr ynghylch mesurau Covid-19 er mwyn galluogi artistiaid, ymarferwyr, cyflogeion, ymwelwyr, cynulleidfaoedd a chyfranogwyr anabl i asesu eu lefelau eu hunain o risg, a bod yn barod i addasu i ymholiadau neu geisiadau penodol

5. Dylid mapio taith y cwsmer ar gyfer cynulleidfaoedd ac ymwelwyr anabl yn drylwyr, gan sicrhau ei bod yn cael ei hasesu ar gyfer ei heffaith ar gydraddoldeb, ei bod yn cael ei chyfathrebu mewn sawl fformat i'r cyhoedd, a'i bod yn blaenoriaethu tocynnau am ddim i gymdeithion er mwyn cynnal mynediad hanfodol

6. Mae artistiaid anabl yn ased diwylliannol pwysig yn y DU a dylid rhoi blaenoriaeth i'w hymgysylltiad â phob prosiect creadigol newydd

7. Dylai sefydliadau sicrhau eu bod yn dathlu amrywiaeth ac, yn ymwreiddio egwyddorion gwrth-ragfarn ar sail anabledd er mwyn cefnogi a gwarchod pobl anabl, a dylent arddangos gofal dyledus tuag at y gweithlu anabl wrth wneud penderfyniadau ynghylch diswyddiadau, ailstrwythuro a ffyrdd newydd o weithio

Manylion ac Enghreifftiau o Arferion Da

1. Cydnabod goruchafiaeth y Ddeddf Cydraddoldeb

Rhaid i unrhyw drefniadau a wneir i leihau'r risg o drosglwyddo Covid-19 fod yn gyson â'ch dyletswyddau cyfreithiol o dan y Ddeddf Cydraddoldeb (2010) ac, yng Ngogledd Iwerddon, mae'r Ddeddf Gwahaniaethu ar Sail Anabledd (1995) yn weithredol. Mae hyn yn golygu, wrth ddylunio a darparu eich polisi a'ch arferion o ran Covid-19, mae angen i chi:

a) sicrhau nad ydych yn gwahaniaethu yn erbyn unrhyw un ar sail eu nodweddion gwarchodedig

b) gwneud addasiadau rhesymol ar gyfer pobl anabl fel nad ydynt yn wynebu anfantais mewn perthynas â'r trefniadau hynny (er enghraifft mynediad at wybodaeth neu wasanaethau) neu eich adeiladau, cyfleusterau, digwyddiadau a gweithgareddau o ganlyniad i'ch mesurau Covid-19.

Gellir canfod canllawiau eang ar fynediad i adeiladau a'r Ddeddf Cydraddoldeb yn nogfen Cygnor Celfyddydau Lloegr 'Building Access' sy'n cynnwys dolenni i adnoddau a rhestr o dermau.

Nid yw Covid-19 yn rhyddhau sefydliadau o'u dyletswyddau o dan y Ddeddf Cydraddoldeb. Yn wir, mae Covid-19 yn cyflwyno mwy o gamau gweithredu i'r hyn y gellid ei ystyried yn rhesymol neu'n hanfodol er mwyn cynnal cyfleusterau hygyrch. Er enghraifft, mae system lanweithdra drylwyr ar gyfer toiledau hygyrch (a phwy sy'n gallu cael mynediad atynt) bron yn sicr yn haws ei nodweddu fel addasiad rhesymol oherwydd y perygl y gallai pobl anabl ddal y feirws.

Mae'n bwysig cofio y bydd angen adolygu ac addasu arferion wrth i amser fynd heibio ac wrth i'r canllawiau cenedlaethol newid. Bydd hyn yn sicrhau bod y mesurau yn parhau i fod yn briodol ac yn addas at y diben.

2. Deall y Model Cymdeithasol o Anabledd

Dylai'r Model Cymdeithasol o Anabledd a'r Model Diwylliannol o Fyddardod fod yn ganolog i'ch dull a'ch camau gweithredu ar gyfer gweithio'n ddiogel drwy Covid-19. Er mwyn deall y Model Cymdeithasol, mae'n hanfodol derbyn bod pobl gydag amhariadau yn 'anabl' yn sgil y rhwystrau sydd ar waith mewn cymdeithas sy'n eu hallgáu ac yn gwahaniaethu yn eu herbyn. Mae'r Model Cymdeithasol yn nodi'r rhwystrau hyn ac yn argymell ffyrdd y gellir eu dileu, eu lleihau neu eu gwrthbwyso gyda mathau eraill o gymorth. Mae Inclusion London yn darparu taflen ffeithiau i ddatblygu dealltwriaeth o'r Model Cymdeithasol, tra bod Unlimited yn cynnig fersiwn wedi ei hanimeiddio

Dylai sefydliadau ddatblygu dealltwriaeth o'r cysyniad o ragfarn ar sail anabledd ac anelu at ei ddileu o ddiwylliant eu sefydliad. Mae rhagfarn ar sail anabledd yn ymddygiad sy'n allgau rhywun yn anfwriadol neu sy'n gwahaniaethu'n fwriadol yn erbyn pobl anabl ac mae fel arfer i'w weld ar ffurf mynediad corfforol gwael neu beidio â rhoi dulliau cymorth digonol ar waith i alluogi pobl anabl i lwyddo. Yn yr un modd â hiliaeth, rhagfarn ar sail rhyw, oedraniaeth a homoffobia, mae rhagfarn ar sail anabledd yn dinistrio cyfleoedd i bobl anabl ac mae'r ymddygiad hwn yn cael ei amlygu a'i herio'n fwy aml.

3. Ymgynghori â phobl anabl er mwyn llywio eich penderfyniadau

Drwy eu profiadau personol, pobl anabl eu hunain yw'r arbenigwyr yn y maes hwn a gallant gynorthwyo eich holl benderfyniadau a phrosesau mewn perthynas â gweithio'n ddiogel drwy Covid-19. Mae dywediad y Symudiad Anabledd, "*Dim byd amdanon ni hebom ni"* yn ddefnyddiol yn y cyswllt hwn.

Dylid mabwysiadu model cynhyrchu ar y cyd**.** Dylid ymgysylltu ag ymgynghorwyr anabledd profiadol a phroffesiynol yn ogystal â gofyn am fewnbwn eich defnyddwyr anabl a'r rhai sy'n aelodau o'ch cynulleidfaoedd. Mae'n hanfodol bod pob person anabl yn cael ei dalu'n gywir am ei waith; mae hyn hyd yn oed yn fwy pwysig oherwydd mae'r rhan fwyaf o bobl anabl yn y sector

diwylliannol yn weithwyr llawrydd. Os byddwch yn ymgynghori â sefydliadau anabledd, sicrhewch eu bod yn sefydliadau *o* bobl anabl, yn hytrach nag yn sefydliadau *ar gyfer* pobl anabl.

Dylai sefydliadau gynnal Asesiadau o'r Effaith ar Gydraddoldeb ar y penderfyniadau y maent yn bwriadu eu gwneud mewn perthynas ag anabledd. Mae Cyngor Celfyddydau Cymru wedi cynhyrchu canllaw cam wrth gam defnyddiol ar gyfer y broses hon. Dylid rhoi'r un statws ag Asesiad Risg i'r asesiad hwn, a dylid ei gynnal gydag arbenigwyr proffesiynol, a'i rannu yn eang ac yn eglur, a dylai gynnwys y newidiadau i'r holl agweddau ar eich dulliau gweithredu yn sgil Covid-19.

Mae nifer o bobl anabl yn parhau i warchod eu hunain ac yn gweithio gartref yn ystod y pandemig. Mae Littlecog wedi cynhyrchu canllaw defnyddiol iawn ar gynnal cyfarfodydd hygyrch ar-lein.

4. Darparu gwybodaeth glir a chynhwysfawr

Mae pobl anabl yn y DU wedi cael eu heffeithio'n sylweddol gan Covid-19. Mae bygythiad y pandemig o ran iechyd, bywoliaeth, gofal cymdeithasol a chreadigrwydd yn llawer gwaeth i bobl anabl.

Cyhoeddodd y Swyddfa Ystadegau Gwladol ystadegau ym mis Mehefin 2020 a ddatgelodd fod mwy na 22,000 o bobl anabl wedi marw rhwng 2 Mawrth a 15 Mai, dwy ran o dair o'r holl farwolaethau yn sgil Covid-19 yn y DU, sy'n golygu mai pobl anabl yw'r boblogaeth â nodwedd warchodedig yr effeithiwyd arni fwyaf gan Covid-19.

Mae Llywodraeth y DU yn diffinio pobl (gan gynnwys rhai pobl anabl a grwpiau nodweddiadol gwarchodedig eraill) y mae perygl iddynt ddal Covid-19 mewn dwy ffordd:

- Mae Pobl sy'n Eithriadol o Agored i Niwed yn Glinigol yn cyfeirio at bobl sydd â chyflyrau iechyd sy'n bodoli eisoes sy'n eu gwneud yn eithriadol o agored i salwch difrifol os byddant yn dal Covid-19.
- Mae Pobl sy'n Agored i Niwed yn Glinigol yn cyfeirio at bobl y mae mwy o risg o bosibl iddynt ddal Covid-19, gan gynnwys y rhai sy'n 70 oed neu hŷn a'r rhai gyda rhai cyflyrau iechyd sy'n bodoli eisoes.

Er bod nifer o bobl anabl yn cael eu rhoi yn y categorïau hyn, **nid yw pob person anabl yn agored i niwed yn feddygol o ran Covid-19** ac mae'n bwysig bod y model cymdeithasol o anabledd yn parhau i gael ei ddefnyddio. Fel y dywedodd y Farwnes Jane Campbell wrth Raglen Newyddion y BBC *'Nid pobl sy'n agored i niwed ydym ni. Rydym yn bobl mewn sefyllfaoedd sy'n ein gwneud yn agored i niwed'.*

O’r herwydd, dylai’r sector diwylliannol gymryd yn ganiataol **bod asesu risg o ran Covid-19 yn benderfyniad personol y bydd pobl anabl yn ei wneud drostynt eu hunain** ac mai rôl y sefydliad yw gweithio i alluogi’r unigolyn hwnnw i wneud y penderfyniad cywir. Mae hyn yn golygu bod darparu gwybodaeth glir, cywir, cynhwysfawr, amserol a gonest yn hanfodol. Byddwch mor glir a manwl â phosibl ynghylch y prosesau a’r gweithdrefnau sydd gennych ar waith ac unrhyw newidiadau a wneir i’r ffyrdd traddodiadol o weithio.

5. Mapio Taith y Cwsmer

Yn ôl yr Arolwg o Adnoddau i Deuluoedd, mae pobl anabl yn cynrychioli 21% o boblogaeth y DU, sef cyfanswm o 14.1 miliwn o bobl. Aseswyd gan Scope, yr elusen i bobl anabl, fod grym gwario blynyddol yr aelwydydd hyn yn £274 biliwn, tra bod adroddiad Cyngor Celfyddydau Lloegr yn nodi bod pobl anabl yn cynrychioli 12% o’r gynulleidfa genedlaethol yn 2018/19. Felly, ochr yn ochr â’r achos moesol y mae’r Egwyddorion hyn yn ei wneud dros gefnogi pobl anabl mewn diwylliant drwy ac ar ôl Covid-19, mae dadl fusnes gref hefyd.

Er mwyn galluogi cynulleidfaoedd ac ymwelwyr anabl i gynnal eu hasesiad eu hunain o risg personol, mae angen mapio taith y cwsmer yn drylwyr, mae angen asesu ei heffaith ar gydraddoldeb a’i chyfathrebu’n glir. Mae Shape Arts wedi llunio canllaw defnyddiol ar Wneud Digwyddiadau yn Hygyrch. Anogir sefydliadau diwylliannol i ailystyried yr arferion cyfredol mewn amrywiaeth o weithrediadau, gan gynnwys:

- Opsiynau hygyrch newydd ar gyfer archebu tocynnau
- Darparu tocynnau am ddim i gymdeithion (ewch i 5.1 isod)
- Disgrifiadau o’r cynnwys a rhybuddion yn ei gylch
- Uwchraddio’r canllawiau mynediad presennol
- Sicrhau bod staff wedi’u grymuso gan y wybodaeth ddiweddaraf i gefnogi cwsmeriaid anabl
- Darparu trefniadau ar gyfer parcio ceir neu fannau gollwng cyfagos ar gyfer y rhai sy’n defnyddio bathodynnau glas
- Blaenoriaeth i gwsmeriaid anabl os oes ciwiau ar waith, sicrhau bod polisi clir ynghylch pwy ddylai fod yn y ciw ac ystyried pwyntiau gorffwys
- Tra bo’r canllawiau cadw pellter cymdeithasol yn parhau, dylid darparu seddi hygyrch mewn mannau addas a chyda golau addas, a dylid defnyddio systemau unffordd wedi’u nodi’n glir a bylchau o faint addas ar gyfer defnyddwyr cadeiriau olwyn
- Darparu toiledau hygyrch a’u glanhau (gan sicrhau bod cwsmeriaid anabl yn cael blaenoriaeth o ran eu defnyddio)
- Darparu cymorth personol i gwsmeriaid a sut y rheolir hyn gyda’r gofynion cadw pellter cymdeithasol
- Gweithdrefnau hygyrch ar gyfer gadael adeiladau

5. 1 Cael Gafael ar Docynnau

Dylid darparu tocynnau am ddim i gymdeithion lle bynnag y bo'n bosibl archebu tocynnau ar gyfer digwyddiadau yn y cnawd er mwyn cynnal darpariaeth hygyrch hanfodol yn ystod y cyfnod hwn. Y rhesymau dros hyn yw:

- Mae'n fwy tebygol y bydd angen cymorth corfforol a/neu emosiynol ar bobl anabl sy'n mynd i mewn i adeilad prysur. Gallai tocyn am ddim i gydymaith wneud y gwahaniaeth rhwng galluogi rhywun i fynychu digwyddiad neu beidio
- Mae nifer o amgylchiadau lle gallai person anabl ei chael hi'n anodd sicrhau bod pobl eraill yn cadw pellter cymdeithasol. Bydd cael cydymaith sy'n deall eu gofynion yn lliniaru'r risgiau yn sgil ymddygiad pobl eraill

5.2 Deall y data diweddaraf ar gynulleidfaoedd

Mae'r arolwg 'After the Interval Act 2' gan Indigo Consulting wedi bod yn dogfennu ymatebion cynulleidfaoedd i ddychwelyd i fynychu digwyddiadau yn y DU drwy gydol y cyfnod dan gyfyngiadau symud. Fersiwn mis Gorffennaf yw'r cyntaf i roi cipolwg o farn cynulleidfaoedd anabl ac mae'n ystyried barn 4,000 o ymatebwyr anabl.
Penawdau'r arolwg yw:

- Mae 77% o'r cynulleidfaoedd anabl yn ystyried eu bod yn "agored i ddal Covid-19", ond dim ond 28% o gynulleidfaoedd nad ydynt yn anabl sy'n teimlo felly. Mae hyn yn cyfleu blaenoriaethau a phryderon hollol wahanol y cynulleidfaoedd anabl a'r rhai nad ydynt yn anabl.
- Ni fydd chwarter llawn y cynulleidfaoedd anabl yn ystyried dychwelyd i leoliadau **o gwbl** nes bod brechlyn ar gael
- Ond **bydd** y mwyafrif (41%) yn gwneud hynny os yw'r mesurau cadw pellter cymdeithasol a hylendid priodol ar waith, fel argaeledd toiledau hygyrch a blaenoriaeth o ran mynediad wrth reoli ciwiau.

Ond, yn ei gyfanrwydd, mae'r arolwg yn awgrymu bod hyder pobl anabl wedi pylu, a gallai hynny leihau eu parodrwydd i fynychu digwyddiadau yn sylweddol. Mae hyn yn ei gwneud yn fwy hanfodol bod sefydliadau'n cyfathrebu eu strategaethau'n glir ar gyfer cadw eu lleoliadau a'u cynulleidfaoedd yn ddiogel o ran Covid-19, ynghyd â bod yn ymwybodol o'r gwaith ymchwil diweddaraf ar gynulleidfaoedd.

5.3 Gwasanaeth Argymhellion ar gyfer Ailagor EMBED

Un adnodd am ddim sydd eisoes ar gael yw Gwasanaeth Cymorth Argymhellion ar gyfer Ailagor EMBED a luniwyd ar y cyd â Phrifysgol East Anglia. Mae'n ystyried y rhwystrau posibl y mae ymwelwyr a chwsmeriaid anabl yn eu hwynebu ac mae'n cynnig canllawiau ar sail atebion ar gyfer sefydliadau o bob math, gyda'r amcan yn y pen draw o gadw rhanddeiliaid, staff a gwirfoddolwyr, ymwelwyr, myfyrwyr, neu gwsmeriaid mor ddiogel â phosibl.

6. Cefnogi Artistiaid Anabl

Mae'r rhan fwyaf o artistiaid ac ymarferwyr creadigol anabl yn weithwyr llawrydd ac ar gael i weithio. Mae'r DU yn cael ei gydnabod fel arweinydd byd eang yn y celfyddydau i bobl anabl a'r celfyddydau cynhwysol ac mae'n dilyn y dylid rhoi blaenoriaeth uchel i ymgysylltiad artistiaid anabl ym mhob prosiect creadigol newydd (lle mae'n ddiogel gwneud hynny). Bydd hyblygrwydd yn allweddol i sicrhau bod gan artistiaid anabl yr amgylchiadau gwaith sydd eu hangen arnynt, gan gynnwys y Cyfarpar Diogelu Personol a'r gorchuddion wyneb priodol (mae rhai pobl anabl wedi'u heithrio yn ffurfiol os yw masg yn rhwystro eu clyw, eu golwg neu'n achosi gorbryder).

Anogir sgyrsiau gydag artistiaid unigol er mwyn ennyn dealltwriaeth well o amgylchiadau penodol, a fydd yn cynorthwyo sefydliadau i wneud yr addasiadau pwrpasol cywir.

Mae Sefydliad Ffilm Prydain wedi lansio adnodd newydd, 'Press Reset', i gefnogi'r diwydiant ffilm a theledu i recriwtio'n gyfrifol ac mae'n cynnwys nifer o argymhellion defnyddiol ynghylch cyflog cyfartal, ffurfio cynghreiriau ac eiriolaeth. Mae'r Sefydliad hefyd yn darparu dolenni i weithwyr ac adnoddau. Bydd cynghorau celfyddydau'r DU yn cefnogi cronfeydd mynediad i brosiectau sy'n galluogi mynediad i bobl anabl.

Mae Disability Arts Online yn cynnig canllawiau digidol ar gyfer ymarferwyr creadigol anabl a'u cyflogwyr i gyfarwyddo â defnyddio 'Mynediad i Waith' - y rhaglen cymorth ar gyflogaeth sy'n cael ei rhedeg gan yr Adran Gwaith a Phensiynau. Gall Mynediad i Waith ddarparu grantiau i gael gwared ar y rhwystrau y mae pobl anabl yn eu hwynebu wrth wneud gwaith cyflogedig, gan gynnwys cyfarpar, teithio a gweithwyr cymorth.

7. Diogelu'r gweithlu anabl

Mae adroddiad newydd gan Cyngor ar Bopeth, 'An Unequal Crisis', yn darparu tystiolaeth bod 1 o bob 4 person anabl sydd mewn gwaith ar hyn o bryd bellach yn wynebu cael eu diswyddo o

ganlyniad i Covid-19. Mae hyn yn awgrymu bod mwy o risg y bydd gofalwyr, pobl anabl a'r rheini a fu'n gwarchod eu hunain yn colli eu gwaith.

Drwy ei gyllid cyhoeddus, mae gan y sector diwylliannol ddyletswydd i sicrhau bod cydraddoldeb ac amrywiaeth yn cael eu diogelu a'u hyrwyddo pan fydd unrhyw broses ddiswyddo neu ad-drefnu yn digwydd. Mae Cyngor Celfyddydau Lloegr wedi llunio'r adnodd hwn, 'Caring for your workforce and making fair decisions in a time of rapid change' sy'n anelu at gefnogi sefydliadau i wneud penderfyniadau teg. Mae'r ddogfen hon yn nodi bod rhwymedigaeth gyfreithiol ar gyflogwyr i sicrhau nad yw'r penderfyniadau a wnânt mewn ymateb i Covid-19 yn gwahaniaethu'n uniongyrchol neu'n anuniongyrchol yn erbyn cyflogeion gyda 'nodweddion gwarchodedig'.

8. Y ddogfen hon

Datblygwyd y ddogfen hon gan gynrychiolwyr o Ramps on the Moon, Attitude is Everything, Paraorchestra, What Next? a WeShallNotBeRemoved yn dilyn cyfnod o ymgynghori gydag amrywiaeth eang o ymarferwyr creadigol anabl yn ystod mis Awst 2020.

Rydym yn rhagweld y bydd hon yn ddogfen sy'n datblygu ac y byddwn yn ychwanegu rhagor o wybodaeth a dolenni fel sy'n angenrheidiol. Cyhoeddir fersiynau hygyrch amgen ar yr un pryd yn Iaith Arwyddion Prydain ac ar ffurf Sain a Hawdd ei Deall.

Diolch i: Michele Taylor, Andrew Miller, Jonathan Harper, Paul Hawkins, Jacob Adams, Suzanne Alleyne a Jamie Beddard am lywio'r broses hon; yr ymgyngoreion Alexandrina Hemsley, Becki Morris, Kimberley Harvey ac Omeima Mudawi-Rowlings.

Person cyswllt ar gyfer ymholiadau: Lizzie Crump, Arweinydd Strategol Cenedlaethol, What Next? lizzie@culturallearningalliance.org.uk

Cefnogir y Saith Egwyddor Cynhwysol gan: