



Llywodraeth Cymru  
Welsh Government

**Rhif: WG45105**

Llywodraeth Cymru  
Dogfen Ymgynghori

## **Cynnig i ddod â gwerthiant diodydd egni i blant o dan 16 oed i ben**

Dyddiad cyhoeddi: 9 Mehefin 2022

Camau i'w cymryd: Ymatebion erbyn 1 Medi 2022

Mae'r ddogfen hon ar gael yn Saesneg hefyd /  
This document is also available in English

**OGL** © Hawlfraint y Goron

## Trosolwg

Mae'r ymgynghoriad yn edrych ar ddod â gwerthiant diodydd egni i blant o dan 16 oed i ben. Gwyddom fod ymddygiad deietegol yn ein plentyndod yn cael dylanwad sylweddol ar sut a beth yr ydym yn bwyta ac yfed yn ddiweddarach mewn bywyd. Mae'n ofyniad cyfreithiol bod rhybuddion yn cael eu gosod ar ddiodydd egni sy'n nodi nad ydynt yn cael eu hargymell i blant gan eu bod yn cynnwys lefelau uchel o gaffein. Rydym eisiau ystyried cyflwyno sefyllfa orfodol ar draws Cymru.

Mae ymchwil yn awgrymu y gallai fod angen camau gweithredu ataliol er mwyn gwarchod pobl ifanc rhag niweidiau iechyd cysylltiedig sy'n deillio o yfed diodydd egni.

## Sut i ymateb

Cyflwynwch eich sylwadau erbyn 1 Medi 2022, yn unrhyw un o'r ffyrdd a ganlyn:

- llenwi ein ffurflen ar-lein
- lawr lwytho, a llenwi ein ffurflen ymateb a'i hanfon drwy e-bost neu drwy'r post i'r cyfeiriad isod.

## Rhagor o wybodaeth a dogfennau perthnasol

Mae fersiynau o'r ddogfen hon ar gael mewn print bras, Braille ac mewn ieithoedd eraill ar gais.

## Manylion cyswllt

I gael rhagor o wybodaeth:

Y Gangen Byw'n Iach ac Egnïol

Llywodraeth Cymru

Parc Cathays

Caerdydd

CF10 3NQ

E-bost:

[PwysaulachCymrulach@llyw.cymru](mailto:PwysaulachCymrulach@llyw.cymru)

Mae'r ddogfen hon hefyd ar gael yn Saesneg: [hyperlink](#)

## Rheoliad Cyffredinol y DU ar Ddiogelu Data (UK GDPR)

Llywodraeth Cymru fydd y rheolydd data ar gyfer unrhyw ddata personol a roddir gennych wrth ichi ymateb i'r ymgynghoriad. Mae gan Weinidogion Cymru bwerau statudol y byddant yn dibynnu arnynt i brosesu'r data personol hyn a fydd yn eu galluogi i wneud penderfyniadau cytbwys ynghylch sut y maent yn cyflawni eu swyddogaethau cyhoeddus. Bydd unrhyw ymateb a anfonwch atom yn cael ei weld yn llawn gan staff Llywodraeth Cymru sy'n gweithio ar y materion y mae'r ymgynghoriad hwn yn ymwneud â nhw neu sy'n cynllunio ymgynghoriadau ar gyfer y dyfodol. Pan fo Llywodraeth Cymru yn cynnal dadansoddiad pellach o'r ymatebion i ymgynghoriad, gall trydydd parti achrededig (e.e. sefydliad ymchwil neu gwmni ymgynghori) gael ei gomisiynu i wneud y gwaith hwn. Ni fydd unrhyw waith o'r fath yn cael ei wneud oni bai ei fod yn cael ei wneud o dan gontract. Mae telerau ac amodau safonol Llywodraeth Cymru ar gyfer contractau o'r fath yn nodi gofynion caeth ar gyfer prosesu a chadw data personol yn ddiogel.

Er mwyn dangos bod yr ymgynghoriad wedi cael ei gynnal mewn modd priodol, mae Llywodraeth Cymru yn bwriadu cyhoeddi crynodeb o'r ymatebion i'r ddogfen hon. Mae'n bosibl hefyd y byddwn yn cyhoeddi'r ymatebion yn llawn. Fel arfer, bydd enw a chyfeiriad (neu ran o gyfeiriad) yr unigolyn neu'r sefydliad a anfonodd yr ymateb yn cael eu cyhoeddi gyda'r ymateb. Os nad ydych yn dymuno i'ch enw a'ch cyfeiriad gael eu cyhoeddi, rhowch wybod inni yn ysgrifenedig wrth anfon eich ymateb. Byddwn wedyn yn cuddio eich manylion cyn cyhoeddi.

Dylech hefyd wybod am ein cyfrifoldebau o dan ddeddfwriaeth Rhyddid Gwybodaeth.

Os caiff eich manylion eu cyhoeddi fel rhan o'r ymateb i'r ymgynghoriad, bydd yr adroddiadau hyn yn cael eu cadw am gyfnod amhenodol. Ni fydd gweddiill eich data a gedwir fel arall gan Lywodraeth Cymru yn cael eu cadw am fwy na thair blynedd.

### Eich hawliau

O dan y ddeddfwriaeth diogelu data, mae gennych yr hawl:

- i gael gwybod am y data personol a gedwir amdanoch, a chael gafael arnynt
- i'w gwneud yn ofynnol inni gywiro gwallau yn y data hynny
- (o dan rai amgylchiadau) i wrthwynebu neu gyfyngu ar brosesu'r data
- (o dan rai amgylchiadau) i'ch data gael eu 'dileu'
- (o dan rai amgylchiadau) i gludadwyedd data
- i gyflwyno cwyn i Swyddfa'r Comisiynydd Gwybodaeth, ein rheoleiddiwr annibynnol ar gyfer diogelu data.

I gael mwy o fanylion am yr wybodaeth y mae Llywodraeth Cymru yn ei chadw ac yn ei defnyddio, neu os ydych am ddefnyddio'ch hawliau o dan y Rheoliad Cyffredinol ar Ddiogelu Data, gweler y manylion cyswllt isod

Swyddog Diogelu Data  
Llywodraeth Cymru  
Parc Cathays  
CAERDYDD  
CF10 3NQ  
E-bost: [SwyddogDiogeluData@llyw.cymru](mailto:SwyddogDiogeluData@llyw.cymru)

Manylion cyswllt Swyddfa'r Comisiynydd Gwybodaeth yw:

Wycliffe House,

Water Lane,

Wilmslow,

Cheshire,

SK9 5AF.

Rhif ffôn: 01625 545 745 neu

0303 123 1113

Gwefan: <https://ico.org.uk/>

# Ymgynghoriad ar y cynnig i ddod â gwerthiant diodydd egni i blant o dan 16 oed i ben

## Rhagair gan y Gweinidog

Mae'n ofyniad cyfreithiol bod rhybuddion yn cael eu gosod ar ddiodydd egni sy'n nodi nad ydynt yn cael eu hargymell i blant gan eu bod yn cynnwys lefelau uchel o gaffein. Er gwaethaf yr argymhellion hyn, rydym yn gwybod bod rhai plant yn yfed y diodydd hyn yn rheolaidd gan achosi effeithiau niweidiol i'w hiechyd.

Mae ein plant i gyd yn haeddu'r cyfle i brofi amgylcheddau sy'n cefnogi dewisiadau iach a deiet cytbwys. Mae pobl ifanc yn dod i gysylltiad ag ystod o ddeunydd marchnata am fwyd a diodydd nad ydynt yn rhai iach. Er bod cwmnïau diodydd egni yn honni bod eu hysbysebion wedi'u hanelu at oedolion, mae'r modd y caiff diodydd egni eu pecynnu a'u marchnata yn eu gwneud yn ddeniadol i blant hefyd. Yn ogystal, mae diodydd egni yn aml yn cael eu gwerthu am brisiau isel gan eu gwneud yn fforddiadwy i blant eu prynu ar eu ffordd i'r ysgol neu ar eu ffordd adref.

Gwyddom fod ymddygiad deietegol yn ein plentyndod yn cael dylanwad sylweddol ar sut a beth yr ydym yn bwyta ac yfed yn ddiweddarach mewn bywyd. Mae'n destun pryder felly bod llawer o blant yn datblygu'r arfer o yfed y diodydd egni hyn yn ddyddiol.

Ar gyfartaledd, mae diodydd egni yn cynnwys lefelau o gaffein tebyg i fesur dwbl o *espresso*. Maent hefyd yn aml yn cynnwys lefelau uchel iawn o siwgr, gyda chynnwys siwgr cyfartalog mewn diod egni yn fwy na'r uchafswm cyfan o siwgr a argymhellir i oedolyn ei gael yn ddyddiol yn y DU. Mae ymchwil hefyd yn dangos inni mai plant sy'n yfed diodydd egni bum diwrnod neu fwy yr wythnos sydd fwyaf tebygol o fod â lles cyffredinol, seicolegol, corfforol ac addysgol isel. Enghreifftiau o'r rhain yw cur pen, problemau cwsig, defnyddio alcohol, ysmegu, anniddigrwydd, a chael eu gwahardd o'r ysgol. Rydym yn awyddus i archwilio mesurau i sicrhau ein bod yn gallu diogelu iechyd ein plant.

Roedd ein Cynllun Cyflawni Pwysau Iach: Cymru Iach a lansiwyd yn 2019 yn ein hymrwymo i ymgynghori ar gyfyngu ar werthiant diodydd egni a diodydd sy'n cynnwys lefelau uchel o gaffein i bobl ifanc. Rydym yn awyddus i gymryd camau gweithredu cymesur i leihau'r risgiau iechyd sy'n gysylltiedig â phobl ifanc sy'n yfed diodydd o'r fath sydd â lefelau artiffisial o uchel o gaffein. Bydd ymatebion i'r ymgynghoriad hwn yn llywio penderfyniadau ynghylch a yw cyfyngiad oedran gwerthu gorfodol o 16 oed yn briodol ac os felly, y ffordd orau o weithredu'r gwaharddiad.

Hoffwn glywed ystod o safbwyntiau yn ystod yr ymgynghoriad hwn, ac yn arbennig, hoffwn glywed barn plant a phobl ifanc.

# Cyflwyniad

Mae Llywodraeth Cymru yn ymgynghori ar ddod â gwerthiant diodydd egni i blant o dan 16 oed i ben. Mae ymchwil yn awgrymu y gallai fod angen camau gweithredu ataliol er mwyn gwarchod pobl ifanc rhag niweidiau iechyd cysylltiedig sy'n deillio o yfed diodydd egni.

Er bod eu cynnwys yn amrywio, mae diodydd egni yn ddiodydd ysgafn sy'n aml yn cynnwys lefelau uwch o gaffein na diodydd ysgafn eraill a gallant hefyd gynnwys llawer o siwgr. Mae ymchwil yn dangos bod hyd at draean o blant yn y DU yn yfed o leiaf un ddiod egni yr wythnos, gyda lefelau uchel o yfed y diodydd hyn yn gysylltiedig â chur pen, problemau cysgu, defnyddio alcohol, ysmegu, anniddigrwydd a chael eu gwahardd o'r ysgol. Gall y cynnwys siwgr cyfartalog mewn un ddiod egni hefyd gynnwys mwy na'r uchafswm cyfan o siwgr a argymhellir i oedolyn ei gael yn ddyddiol yn y DU.

Er bod deddfwriaeth yr UE a ddargedwir ar waith i'w gwneud yn ofynnol bod pob diod egni wedi'i labelu yn glir nad yw'n cael ei hargymell ar gyfer plant, menywod beichiog neu fenywod sy'n bwydo o'r fron, nid oes unrhyw gyfyngiadau ar werthiant diodydd egni ar hyn o bryd. Yn gyfreithiol, gall unrhyw un brynu diodydd egni ac nid oes uchafswm ar y nifer y gallwch eu prynu.

Mae llawer o archfarchnadoedd a manwerthwyr mwy wedi rhoi'r gorau i werthu diodydd egni i bobl o dan 16 oed o'u gwirfodd. Er ein bod yn cydnabod ymdrechion manwerthwyr sydd eisoes wedi gweithredu, mae llawer o fanwerthwyr o hyd sy'n parhau i werthu'r diodydd hyn i blant.

Er gwaethaf ymdrechion i gyfyngu ar werthiant diodydd egni i blant drwy labelu a mesurau gwirfoddol, nid ydym wedi gweld gostyngiad yn y nifer ohonynt sy'n cael eu hyfed gan blant.

I'r gwrthwyneb, mae marchnad gynyddol o frandiau diodydd egni rhad mewn mannau eraill, sy'n aml yn agos at ysgolion, wedi arwain at gynnydd cyflym yn y blynyddoedd diwethaf yn y nifer o ddiodydd egni sy'n cael eu hyfed gan blant. Mae rhai plant yn peidio â bwyta brecwast, ac yn dibynnu yn hytrach ar ddiodydd egni i roi hwb cyflym o egni iddynt yn y bore. Rydym yn awyddus i sicrhau bod y lleoliadau hyn yn cael eu trin yn yr un modd er mwyn diogelu iechyd plant.

Dros y blynyddoedd diwethaf, mae rhieni, athrawon, sefydliadau'r trydydd sector a phobl ifanc wedi galw am sicrhau camau gweithredu i ddod â gwerthiant diodydd egni i blant i ben. Cyhoeddwyd gwaharddiad arfaethedig yn rhan o'r Strategaeth Pwysau Iach – Pwysau Iach: Cymru Iach, sydd â'r nod o wella'r amgylchedd bwyd yng Nghymru.

## **Beth yw diodydd egni?**

Diodydd egni yw diodydd ysgafn sy'n cynnwys lefelau uwch o gaffein na diodydd ysgafn eraill. Gallant hefyd gynnwys llawer o siwgr (er bod diodydd egni heb galoriau neu ddiodydd egni â chaloriau isel ar gael).

O dan y rheolau labelu presennol, mae angen label rhybudd ar unrhyw ddiod, ac eithrio te neu goffi, sy'n cynnwys dros 150mg o gaffein y litr. Mae angen i'r label rhybudd nodi: 'Yn cynnwys lefel uchel o gaffein. Nid yw'n cael ei argymhell ar gyfer plant, menywod beichiog neu menywod sy'n bwydo ar y fron'.

Yn rhan o'r ymgynghoriad hwn, rydym yn croesawu barn rhanddeiliaid ynghylch ai dyma yw'r meini prawf priodol i'w defnyddio wrth benderfynu pa gynhyrchion fyddai'n cael eu heffeithio gan unrhyw gyfyngiad ar werthiant diodydd egni i blant.

## Lefelau caffein

Ar gyfartaledd, mae diod egni 250 ml yn cynnwys mesur tebyg o gaffein i *espresso* 60 ml. Mae Awdurdod Diogelwch Bwyd Ewrop yn cynnig lefel ddiogel o 3 mg o gaffein fesul kg o bwysau corff y dydd i blant a phobl ifanc. Mae llawer o ddiodydd egni hefyd yn cynnwys cynhwysion eraill a allai fod yn gynhwysion actif megis *guarana* a *taurine*, yn ogystal â mwy o siwgr na diodydd ysgafn eraill.

Mae pryderon ynghylch a yw'r risgiau iechyd sy'n gysylltiedig â chaffein yn cynyddu pan fydd plant a phobl ifanc yn ei gymryd. Gallai hyn fod o ganlyniad i bwysau corff is neu ffactorau biolegol eraill sy'n unigryw i blant a phobl ifanc. Yn ogystal, efallai nad yw plant wedi datblygu lefel o oddefiad i gaffein eto fel sydd gan oedolion.

Mae pryderon ynghylch y defnydd o ddiodydd egni yn ymwneud yn bennaf â'r cynnwys uchel o gaffein, ond gall rhai caniau mawr gynnwys hyd at 21 llwy de o siwgr, sydd dros dair gwaith yr hyn a argymhellir yn ddyddiol ar gyfer plentyn fel arfer.

## Marchnata

Mae diodydd egni ar gael yn eang ac yn cael eu hyrwyddo yn eang. Mae [strategaethau marchnata<sup>1</sup>](#) wedi mynd ati i dargedu rhai cymunedau yn weithredol, er enghraifft, defnyddio hysbysebion awyr agored mewn ardaloedd difreintiedig. Mae pobl ifanc mewn cymunedau lleiafrifol ethnig a chymunedau incwm isel hefyd yn dod i fwy o gysylltiad â theledu. Er bod llawer o gwmnïau yn mynd ati i beidio â marchnata diodydd egni tuag at blant yn weithredol, mae'n amlwg bod eu hapêl yn parhau i fod yn eang ymysg y grŵp oedran hwn.

Rhoddyd gwerth o \$45.80 biliwn ar y farchnad diodydd egni<sup>2</sup> byd-eang (oddeutu £37 biliwn) yn 2020 a disgwylir y bydd yn cyrraedd \$108.40 biliwn (oddeutu £88 biliwn) erbyn 2031. Rhagwelir y bydd y nifer o ddiodydd egni sy'n cael eu hyfed gan bobl ifanc yn eu harddegau yn cynyddu yn ystod y cyfnod hwn.

## Y sefyllfa yn fyd-eang

Ers i [Sefydliad Iechyd y Byd<sup>3</sup>](#) gyhoeddi adolygiad o risgiau iechyd cysylltiedig, mae rhai gwledydd wedi rhoi cyfyngiadau ar werthiant diodydd egni ar waith.

Mae'r polisïau yn cynnwys:

- cyfyngiad oedran gorfodol o 18 oed yn Latfia, Lithwania a Thwrci
- cyfyngiad oedran gorfodol o 15 oed yn Sweden, lle mae rhai gwerthiannau hefyd wedi'u cyfyngu i fferyllfeydd

- mae [Llywodraeth y DU](#)<sup>4</sup> yn bwriadu gweithredu cyfyngiad oedran gorfodol o 16 oed yn Lloegr
- mae [Llywodraeth yr Alban](#)<sup>5</sup> wedi cynnal ymgynghoriad er mwyn ystyried cyfyngiadau

### **Effeithiau diodydd egni ar iechyd plant**

Mae tystiolaeth yn dangos bod cysylltiad rhwng plant sy'n yfed diodydd egni yn rheolaidd a chanlyniadau negyddol. Mae hyn yn effeithio ar iechyd corfforol ac iechyd meddyliol plant. Rydym yn cydnabod, tra bod tystiolaeth sy'n nodi effeithiau a chanlyniadau negyddol i blant yn cynyddu, gall fod yn anodd arddangos achos ac effaith. Er hyn, mae'n glir erbyn hyn bod diodydd egni yn fater amlwg rydym yn awyddus i fynd i'r afael ag ef.

Dadansoddodd astudiaeth a gwblhawyd gan [Brifysgol Efrog a Choleg Prifysgol Llundain](#) ddata gan filoedd o blant o'r DU, yn ogystal ag adolygu tystiolaeth ar lefelau yfed diodydd egni o amgylch y byd. Ystyriodd amryw o effeithiau honedig ar iechyd, llesiant ac ymddygiad. Daeth i'r casgliad fod plant (11-16 oed) a oedd yn yfed o leiaf un ddiod egni bob wythnos yn fwy tebygol o roi gwybod am symptomau fel cur pen, problemau cysgu a phroblemau stumog, yn ogystal â hwyliau isel a thymher ddrwg. Mae tystiolaeth hefyd bod cysylltiad rhwng yfed diodydd egni ac ymrwymiad mewn addysg – roedd y plant a oedd yn yfed o leiaf un ddiod egni bob wythnos yn fwy tebygol o nodi nad oeddent yn hoffi'r ysgol, a rhoi gwybod bod eu cyrhaeddiad addysgol yn isel. Mae data Lloegr ar smygu ac yfed ymhlith pobl ifanc (13 ac 14 oed) hefyd wedi dangos bod cysylltiad rhwng yfed diodydd egni o leiaf unwaith yr wythnos a defnyddio alcohol, smygu, a chwarae triwant neu gael eu gwahardd o'r ysgol.

Canfuwyd canlyniadau tebyg mewn astudiaeth o 8,500 o'r glasoed yn Seland Newydd<sup>7</sup> – roedd yfed mwy o ddiodydd egni yn cyd-fynd ag ymddygiadau anniogel fel goryfed mewn pyliau a smygu.

Adleisiwyd hyn mewn astudiaeth a oedd yn defnyddio data penodol i Gymru<sup>8</sup> gan arolygon Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Ysgolion Cymru – roedd y rhai hynny a oedd yn yfed diodydd egni unwaith yr wythnos neu fwy yn llawer iawn mwy tebygol o brofi symptomau corfforol, megis trafferthion cysgu, cur pen, a phroblemau stumog na'r rhai hynny nad oeddent yn yfed diodydd egni. Yn ogystal, canfuwyd mai bechgyn, plant hŷn a'r rhai hynny o grwpiau economaidd-gymdeithasol isel oedd fwyaf tebygol o yfed diodydd egni.

Mae'r materion sy'n ymwneud â chwsg a nodir yn yr astudiaethau hyn yn peri pryder gan fod cwsg yn hanfodol i iechyd a lles ac mae'n arbennig o bwysig i bobl ifanc. Mae pobl ifanc nad ydynt yn dilyn y canllawiau cwsg a argymhellir [yn wynebu bron i 60% yn fwy o risg o fod dros bwysau neu yn ordew](#)<sup>9</sup>.

[Weithiau, mae diodydd egni hefyd yn cynnwys lefelau uchel o siwgr](#)<sup>10</sup>, 60% yn fwy o galoriau ar gyfartaledd a 65% yn fwy o siwgr na diodydd ysgafn eraill. Gallant felly gyfrannu at ordewdra a phroblemau deintyddol mewn plant.



## **Pam canolbwyntio ar blant?**

Mae yfed diodydd egni wedi dod yn rhywbeth cyffredin ymysg plant yn y DU gyda nifer ohonynt yn eu hyfed yn lle bwyta brecwast. Prin yw'r gwerth maeth mewn diodydd egni ac nid ydynt yn cael eu cynnwys yn argymhellion deietegol y DU, yn y canllaw Bwyta'n Dda. Ymhellach i hynny, mae yfed diodydd egni yn gallu arwain at darfu yn y dosbarth ysgol, a phroblemau iechyd i'r plant gan gynnwys problemau cwsig fel yr amlygwyd yn yr adran flaenorol.

Mae tystiolaeth hefyd yn awgrymu nad yw plant, yn enwedig plant iau efallai yn ymwybodol o'r goblygiadau iechyd posibl sy'n deillio o yfed diodydd egni. Dangosodd [astudiaeth Ewropeaidd<sup>11</sup>](#) nad oedd 42% o blant 3-9 oed yn gallu dweud yn hyderus y gwahaniaeth rhwng diodydd egni a diodydd ysgafn eraill. Mae hyn yn codi cwestiynau ynghylch a yw plant a'u rhieni yn ymwybodol o beth yw cynnwys diodydd egni, yn benodol eu lefelau uchel o gaffein.

## **Ein cynnig**

Hoffem ystyried gwahardd gwerthu diodydd egni i'r rheini o dan 16 oed.

Rydym wedi croesawu'r arweiniad a ddangoswyd gan nifer o fanwerthwyr wrth wahardd gwerthu diodydd egni i'r rheini o dan 16 oed. Mae [Llywodraeth y DU yn amcangyfrif<sup>12</sup>](#) bod tua 21% o siopau bwyd wedi rhoi cyfyngiadau oedran gwirfoddol ar waith. Credwn y byddai cyflwyno cyfyngiadau oedran gorfodol yn fodd o sicrhau bod pawb yn gweithredu yn yr un modd ar draws lleoliadau manwerthu.

Credwn hefyd y byddai'n well cysoni â safbwynt Llywodraeth y DU ynghylch y rheini o dan 16 oed a sicrhau bod trefniadau yn cael eu rhoi ar waith mewn modd cyson.

## **Cynhyrchion o dan sylw**

O dan y rheolau labelu presennol, mae'n ofynnol bod gan unrhyw ddiod, ac eithrio te a choffi, sy'n cynnwys dros 150mg o gaffein y litr label rhybudd sy'n nodi "yn cynnwys lefelau uchel o gaffein". Cynigiwn ddefnyddio'r meini prawf hyn er mwyn penderfynu pa ddiodydd y dylid eu cynnwys mewn unrhyw gamau gweithredu i ddod â gwerthu diodydd egni i blant i ben.

## **Busnesau**

Rydym yn cynnig y byddai unrhyw gyfyngiad ar werthu diodydd egni i blant yn berthnasol i'r holl fanwerthwyr yng Nghymru. Byddai hyn yn cynnwys amgylcheddau gwerthu ar-lein. Byddai hyn yn sicrhau na fyddai diodydd egni ar gael i blant mewn unrhyw siop fel nad oes unrhyw fanwerthwr penodol o dan anfantais. Byddai'r cyfyngiadau felly'n berthnasol i fannau gan gynnwys manwerthu, lleoliadau y tu allan i'r cartref a siopau cyfanwerthu lle mae diodydd egni yn cael eu gwerthu i'r cyhoedd.

## **Peiriannau Gwerthu**

Rydym hefyd yn cynnig y dylid cyfyngu ar werthu diodydd egni i blant o beiriannau gwerthu. Byddem yn dymuno ystyried eithriadau a fyddai'n berthnasol i leoliadau nad ydynt yn agored iawn i bobl ifanc neu leoliadau nad yw pobl ifanc yn mynd iddynt. Gallai hyn gynnwys siopau cyfanwerthu neu gaffeterias a pheiriannau gwerthu sydd wedi'u lleoli mewn mannau gwaith. Ceisiwn am farn ar sut y gellid, neu a ddylid eu cymhwyso i beiriannau gwerthu sydd wedi'u lleoli mewn mannau cyhoeddus.

## **Gorfodaeth**

Hoffem ymgynghori ar gynigion gorfodi ychwanegol o fewn ymgynghoriad pellach.

## **Cwestiynau ymgynghori**

### **C.1 A ydych chi'n cytuno â'r cynnig i wahardd gwerthu diodydd egni i blant o dan 16 oed?**

- Ydw
- Nac ydw – dylai'r terfyn oedran gorfodol fod yn 18 oed
- Nac ydw – ni ddylai fod unrhyw gyfyngiadau oedran gorfodol
- Ansicr
- Arall (rhowch fanylion)

### **C.2 A ddylid ehangu'r gwaharddiad i ystyried diodydd eraill sydd fel arfer yn uchel mewn caffein, fel te a choffi?**

- Dylid
- Na ddylid
- Ansicr

**Esboniwch**

### **C.3 A ydych chi'n cytuno y dylai'r gwaharddiad fod yn berthnasol i bob siop, gan gynnwys amgylcheddau gwerthu ar-lein?**

- Ydw
- Nac ydw
- Ansicr

**Esboniwch**

### **C.4 Os yw plant yn cael eu hatal rhag prynu diodydd egni o beiriannau gwerthu, sut y dylid gwneud hyn?**

Esboniwch

**C.5 A ydych chi o'r farn y gallai'r cynigion yn y ddogfen ymgynghori hon gael effaith ar y canlynol?**

- Y rheini sy'n byw mewn ardaloedd gwledig
- Grwpiau economaidd-gymdeithasol penodol
- Plant a phobl ifanc
- Cydraddoldeb mewn perthynas â;
  - Oed
  - Rhyw
  - Hil
  - Crefydd
  - Cyfeiriadedd rhywiol
  - Beichiogrwydd a mamolaeth
  - Anabledd
  - Ailbennu rhywedd
  - Priodas / partneriaeth sifil

**Os ydych, pa rai ac esboniwch**

**C.6 Hoffem wybod eich barn ynglŷn ag effeithiau'r ymgynghoriad ar yr iaith Gymraeg, yn benodol ar gyfleoedd i bobl ddefnyddio'r Gymraeg yn ogystal â pheidio â thrin y Gymraeg yn llai ffafriol na'r Saesneg. Beth fyddai'r effeithiau yn eich barn chi? Sut y gellid cynyddu'r effeithiau positif, neu sut y gellid lliniaru'r effeithiau negyddol?**

**Esboniwch**

**C.7 Os oes unrhyw faterion pellach yr hoffech eu codi neu unrhyw wybodaeth bellach yr hoffech ei rhannu mewn perthynas â'r ymgynghoriad hwn, rhowch fanylion yma.**

**Cyfeiriadau**

<sup>1</sup> Associations between retail food store exterior advertisements and community demographic and socioeconomic composition. Health and Place Cyfrol 39. 2016

<sup>2</sup> Energy drink market by type and end user. Global Opportunity Analysis and industry forecast 2020-2031. 2022

- <sup>3</sup> Energy drink consumption in Europe: a review of the risks, adverse health effects, and policy options to respond. Amryw awduron. 2014
- <sup>4</sup> Llywodraeth y DU. Advancing our health: prevention in the 2020s. 2019
- <sup>5</sup> Llywodraeth yr Alban. Ending the sale of energy drinks to children and young people. 2019
- <sup>6</sup> Consumption and effects of caffeinated energy drinks in young people: an overview of systematic reviews and secondary analysis of UK data to inform policy. BMJ. York University. 2020
- <sup>7</sup> Energy drink consumption among New Zealand adolescents: associations with mental health, health risk behaviours and body size. Journal of paediatrics and child health. 2017
- <sup>8</sup> Sugar-sweetened beverage consumption from 1998–2017: Findings from the health behaviour in school aged children/Rhwydwaith ymchwil iechyd ysgolion Cymru. 2021
- <sup>9</sup> Diet and sleep physiology: Public health and clinical implications. Frontiers Frank, S. et al. (2017).
- <sup>10</sup> Llywodraeth y DU. Ymgynghoriad ar y cynnig i ddod â gwerthiant diodydd egni i blant i ben. 2018
- <sup>11</sup> EFSA. Gathering consumption data on specific consumer groups of energy drinks. 2013
- <sup>12</sup> IGD Retail Analysis. UK Grocery Store Numbers. 2018