

ASESIAD EFFAITH INTEGREDIG LLYWODRAETH CYMRU

Teitl y cynnig:	Cynigion deddfwriaethol i wneud yr amgylchedd bwyd yng Nghymru yn iachach
Swyddog/swyddogion sy'n cwblhau'r Aseiad Effaith Integredig (enw/enwau ac enw'r tîm):	Nathan Cook, y Tîm Byw'n Iach ac Egniïol Alison Black, y Tîm Byw'n Iach ac Egniïol
Adran:	Atal a Hyrwyddo Iechyd y Cyhoedd, Y Gyfarwyddiaeth Iechyd a Llesiant
Pennaeth yr Is-adran/SRO (enw):	Ed Wilson
Ysgrifennydd y Cabinet/Gweinidog cyfrifol:	Lynne Neagle, y Dirprwy Weinidog Iechyd Meddwl a Llesiant
Dyddiad Cychwyn:	26 Mai 2022

Pa gamau gweithredu y mae Llywodraeth Cymru yn eu hystyried a pham?

O 26 Mai byddwn yn ymgynghori ar gynigion i wneud yr amgylchedd bwyd yng Nghymru yn iachach drwy newid y cydbwysedd er mwyn ei gwneud yn haws i bobl wneud dewisiadau bwyd iachach. Bydd ymgynghoriad arall yn cael ei lansio ar 9 Mehefin i roi terfyn ar werthu diodydd egni i blant o dan 16 oed.

Cefndir

Mae [Pwysau Iach: Cymru Iachⁱ](#) yn amlinellu ein strategaeth a'n gweledigaeth 10 mlynedd ar gyfer atal a lleihau gordewdra ledled Cymru. Yng Nghymru, mae tua 1.6 miliwn o oedolion dros eu pwysau a 655,000 yn ordew, ac mae mwy nag un o bob pedwar o'n plant dros eu pwysau neu'n ordew wrth ddechrau yn yr ysgol gynradd. Mae'r data yn dangos nad yw plant ac oedolion yng Nghymru yn bwyta deiet cytbwys. Rydym yn bwyta gormod o siwgr, braster dirlawn a halen, a gormod o galoriau, ond dim digon o ffibr, ffrwythau a llysiau. Er enghraifft, mae plant rhwng 11 a 18 oed yn yfed ac yn bwyta hyd at dair gwaith yr uchafswm siwgr sy'n cael ei argymhell.ⁱⁱ Mae'r angen i weithredu yn glir.

Mae atal gordewdra yn her gymhleth, ac mae llawer o ffactorau yn cyfrannu ar lefelau unigol, cymunedol, cymdeithasol a byd-eang. Mae ein hamgylchedd bwyd wedi datblygu mewn ffordd sy'n blaenoriaethu cyfleustra dros iechyd. Mae hyn yn cynnwys canolbwyntio ar fwydydd hawdd a brys, sy'n aml yn creu llawer o egni ac yn cynnwys llawer o fraster a/neu siwgr, ac sy'n fwy fforddiadwy weithiau. Mae Pwysau Iach: Cymru Iach yn amlinellu ein hymrwymiad i newid yr amgylchedd bwyd er mwyn sicrhau mai'r dewis iach yw'r dewis hawdd.

Yr Amgylchedd Bwyd

Mae ein hamgylchedd bwyd yn chwarae rhan ganolog yn yr hyn rydym yn dewis ei fwyta a'i yfed. Mae bwydydd llawn calorïau, siwgr neu fraster yn demtasiwn cyson i ni. Yn ein bywydau bob dydd rydym yn gweld hysbysebion, cynigion a phrisiau sy'n ein cymhell i wneud dewisiadau nad ydynt yn rhai iach. Rydym wedi creu amgylchedd lle nad y dewis iach yw'r dewis hawdd bob amser.

Mae ein patrymau bwyta wedi newid hefyd. Rydym yn mynd allan i fwyta, yn archebu bwyd i'w fwyta gartref, ac yn bwyta byrbrydau yn amlach. Mae bwyd ar gael 24 awr y dydd ac rydym yn dibynnu llai ar goginio o'r dechrau neu fwyta tri phryd penodol y dydd. Cyn y pandemig Covid-19 roedd tua un o bob pum pryd bwyd yn cael ei fwyta y tu allan i'r cartref ac mae dognau'n fwy ac yn tueddu i gynnwys mwy o galoriau, braster, siwgr a halen.

Rydym am i bobl feddwl am y bwyd a'r diodydd y maent yn eu prynu, eu bwyta a'u hyfed yn ystod wythnos arferol. Rydym am weithredu ymhob rhan o'r amgylchedd bwyd i ystyried newidiadau a fydd yn golygu bod ein dewisiadau bwyd yn galluogi iechyd deietegol gwell. Un elfen sy'n ganolog i'r ystyriaethau hyn yw dylanwad tlodi

ar ein dewisiadau bwyd a sut y gallwn ddefnyddio ein pwerau i helpu i leihau'r bwlch anghydraddoldeb ar sail canlyniadau deietegol a maethol.

Beth rydym eisiau ei ystyried?

Dyma'r cynigion rydym yn eu harchwilio;

- Basgedi Siopa lachach – cyfyngu ar yr arfer o osod cynhyrchion mewn lle amlwg; cynigion pris, cyfaint ac amleitem ar gyfer cynhyrchion iachach gan fanwerthwyr bwyd a diod.
- Bwyta'n lachach y tu allan i'n Cartrefi – cyflwyno system orfodol ar gyfer labelu calorïau yn y man gwerthu a chyfyngu ar faint diodydd meddal llawn siwgr yn y sector y tu allan i'r cartref.
- Amgylcheddau Bwyd Lleol lachach – gofyn am safbwyntiau ar ba gymorth pellach y gellid ei ddarparu i helpu i wella argaeledd bwyd iach mewn cymunedau lleol, ac a ddylid adolygu'r cymorth cynllunio a thrwyddedu presennol gan gynnwys canllawiau i fynd i'r afael â dosbarthiad siopau tecawê bwyd poeth, yn enwedig yn agos i Ysgolion Uwchradd a Cholegau.
- Cyfyngu ar Ddiodydd Egni - cyfyngu ar werthiant i bobl ifanc dan 16 oed.

Rhwng 26 Mai a 18 Awst 2022 (Amgylchedd Bwyd Iach) a rhwng 9 Mehefin a 1 Medi (Diodydd Egni) byddwn yn ymgynghori ar y cynigion hyn er mwyn casglu ymateb cwsmeriaid a'r diwydiant i newidiadau o'r fath ac asesu'r effeithiau tebygol.

Mae'r cynigion hyn yn gydgysylltiedig ac maent yn ategu camau gweithredu ehangach yn ymwneud â chynaliadwyedd bwyd a newid yn yr hinsawdd, yn unol â'n [strategaeth Sero Netⁱⁱⁱ](#). Bwriedir iddynt fod yn rhan o gyfres gychwynnol o fesurau i wella ein hamgylchedd bwyd. Byddwn yn monitro eu heffaith ochr yn ochr ag ystod o fesurau eraill sydd wedi'u nodi yn Pwysau Iach: Cymru Iach, a byddwn yn adolygu ein camau gweithredu yn unol â hynny.

Cyflawni yn erbyn amcanion y Rhaglen Lywodraethu a'r amcanion llesiant

Mae'r Rhaglen Lywodraethu yn ein hymrwymo i greu GIG ar gyfer yr 21ain ganrif drwy fuddsoddi yn yr adferiad ar ôl Covid, mynd i'r afael ag anghydraddoldebau iechyd, gwella'r ddarpariaeth iechyd meddwl a chanolbwyntio ar fesurau atal. Bydd y cynigion hyn yn helpu Llywodraeth Cymru i ymateb i fater brys gordewdra gan fyfyrion ar y canlynol ac ymateb iddynt:

- Cyn bo hir, mae'n edrych yn debygol y bydd gordewdra yn disodli ysmegu fel yr achos mwyaf o farwolaeth cyn pryd y gellir ei hatal. Mae nifer o gyflyrau cronig yn gysylltiedig â gordewdra, er enghraifft mae dros 209,015 o bobl yng Nghymru yn byw gyda diabetes erbyn hyn. Mae'r ffigur hwn yn cyfateb i 8% o'r boblogaeth 17 oed a throsodd - nifer uchaf yr achosion yn y DU - ac mae'r niferoedd yn codi bob blwyddyn. Mae'r duedd gynyddol hon yn gysylltiedig ag arferion deietegol.
- Amcangyfrifir bod cyflyrau sy'n gysylltiedig â gordewdra yn costio tua £27 biliwn y flwyddyn yn anuniongyrchol i economi'r DU, ac mae rhai amcangyfrifon yn gosod

y ffigur hwn yn llawer uwch. Amcangyfrifir bod cyflyrau sy'n gysylltiedig â gordewdra yn costio £6.1 biliwn y flwyddyn i'r GIG ledled y DU ar hyn o bryd.

- Mae COVID-19 wedi dod â pheryglon gordewdra i'r amlwg, ac mae tystiolaeth yn dangos bod pobl sydd dros eu pwysau neu sy'n byw gyda gordewdra wedi bod mewn mwy o berygl o fynd yn ddifrifol wael a marw o'r feirws. Yn ogystal, mae'r pandemig wedi gwaethgu anghydraddoldebau iechyd a oedd eisoes yn bodoli sy'n gysylltiedig ag ymddygiad deietegol.
- Mae dros chwarter y plant yng Nghymru yn ordew neu dros eu pwysau erbyn iddynt ddechrau yn yr ysgol gynradd yn bump oed, ac mae hyn yn codi i draean erbyn iddynt adael yr ysgol gynradd. Mae plant yn llawer mwy tebygol o fod yn ordew na chyfartaledd Cymru os ydynt yn byw mewn ardaloedd o amddifadedd uwch.
- Mae newid mewn arferion deietegol yn gysylltiedig â'r Cynllun Sero Net, a gall newid mewn ymddygiad deietegol yn unol â'r Canllaw Bwyta'n Dda wneud cyfraniad sylweddol.

Nid yw camau gweithredu gwirfoddol gan y diwydiant i helpu'r cyhoedd i wneud dewisiadau iachach (aildrefnu, labelu maeth etc) wedi'u cyflawni'n gyson nac wedi cael yr effaith a ddymunir ar newid deietegol. Bydd y cynigion hyn yn sicrhau chwarae teg, yn gorfodi'r diwydiant i ddarparu gwybodaeth, yn cyfyngu ar yr arfer o hyrwyddo bwyd nad yw'n iach, ac yn cymell aildrefnu iach.

Bydd y cynigion hyn yn gwneud cyfraniad pwysig at gyflawni yn erbyn ymrwymiad i leihau anghydraddoldebau iechyd, ac yn helpu i roi pwyslais parhaus ar rôl atal ac adfer ar ôl y pandemig.

Cenedlaethau'r Dyfodol

Byddwn yn croesawu ac yn defnyddio'r pum ffordd o weithio a nodir yn Neddf Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 fel egwyddorion i'n harwain wrth i ni gyflwyno'r strategaeth Pwysau Iach: Cymru Iach. Bydd hyn yn ein galluogi i ddatblygu dull seiliedig ar systemau sy'n galluogi arweinyddiaeth ar bob lefel ac yn sicrhau'r effaith fwyaf posibl ar brofiadau bywyd pobl yng Nghymru ar gyfer cenedlaethau'r presennol a'r dyfodol.

Hirdymor

Byddwn yn barod iawn i brofi dulliau newydd o weithredu a dysgu wrth fynd ymlaen er mwyn gwella'n barhaus. Byddwn yn defnyddio'r dystiolaeth orau sydd ar gael i sefydlu ystod o ymyriadau effeithiol i gynorthwyo'r amodau sydd eu hangen i effeithio ar iechyd ein cenedl yn yr hirdymor. Nod yr ymgynghoriad hwn yw ystyried sut y gallwn symud yr amgylchedd tuag at opsiynau iachach fel rhan o ddull sawl elfen sy'n canolbwyntio ar sut y gallwn gyflawni ein nodau deng mlynedd a nodir yn Pwysau Iach: Cymru Iach.

Atal

Rydym yn gweithio i sicrhau bod atal yn dod yn ystyriaeth ganolog, a byddwn yn datblygu system gynhwysfawr sy'n darparu arweinyddiaeth ar bob lefel. Nod yr ymgynghoriad hwn yw galluogi pobl i wneud dewis bwyd iachach a dileu sbardunau yn yr amgylchedd bwyd sy'n ein cymell i brynu bwyd sy'n wael i'n hiechyd deietegol.

Integreiddio

Bydd dull gweithredu llywodraeth gyfan ledled ystod o adrannau yn cael ei amlygu wrth gyflwyno. Byddwn yn cysylltu'r broses o gyflwyno â'r saith nod llesiant, ac yn gweithio gyda chyrff cyhoeddus i ddwyn ynghyd ystod o nodau polisi. Nod yr ymgynghoriad yw ystyried sut y gallwn weithio gydag amrywiaeth o randdeiliaid i gyflawni ein nodau a datblygu dull gweithredu sy'n ystyried y system fwyd yn ehangach. Byddwn yn gweithio'n agos gyda'r diwydiant i gyflawni'r nodau hyn.

Cydweithredu

Byddwn yn creu'r amodau cywir i sicrhau bod syniadau trawsnewidiol a chydweithredu yn ffynnu. Byddwn yn cefnogi ac yn galluogi ein partneriaid a'n sefydliadau cenedlaethol allweddol i ddatblygu camau gweithredu allweddol. Hefyd, byddwn yn gweithio mewn partneriaeth â Byrddau Partneriaeth Rhanbarthol a Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus (gan gynnwys Llywodraeth Leol a Byrddau Iechyd Lleol) i ddatblygu dulliau gweithio trawsnewidiol a sbarduno arweinyddiaeth ar y cyd gan ganolbwyntio'n benodol ar atal. Byddwn yn galluogi camau gweithredu ar lawr gwlad mewn cymunedau er mwyn sicrhau bod ein partneriaid ac arweinwyr trydydd sector a chymunedol mewn lleoliadau fel ysgolion, lleoliadau hamdden a gweithleoedd yn gallu datblygu syniadau newydd neu ddatblygu ymhellach dulliau presennol sy'n cael effaith gadarnhaol eisoes. Bydd yr ymgynghoriad yn ceisio ymgysylltu'n eang er mwyn i ni fireinio opsiynau polisi.

Costau ac Arbedion

Mae amcangyfrifon o'r costau drwy'r ymgynghoriad wedi'u cyfrifo a'u cynnwys yn yr Aseiad Effaith fel rhan o'r ymgynghoriad.

Casgliadau

Bydd yr ymgynghoriad yn apelio at y boblogaeth yn gyffredinol, yn ogystal â chael effaith bosibl ar rai grwpiau. Rydym yn bwriadu ymgysylltu â rhanddeiliaid a'r cyhoedd ar y ddau ymgynghoriad. Bydd hyn yn cynnwys:

- digwyddiadau i rhanddeiliaid yn benodol ar gyfer y diwydiant bwyd a chyrrff anllywodraethol
- grwpiau ffocws ar gyfer ein grwpiau blaenoriaeth ymysg y cyhoedd
- ymgysylltu yn ehangach â'r cyhoedd gan gynnwys digwyddiadau sioe deithiol

Bydd y digwyddiadau ymgysylltu â rhanddeiliaid yn ceisio casglu adborth manwl gan rhanddeiliaid a derbyn gwybodaeth a dealltwriaeth gan gynrychiolwyr o'r diwydiant bwyd a chyrrff anllywodraethol. Bydd y grwpiau ffocws yn canolbwyntio ar y grwpiau blaenoriaeth canlynol:

- plant oed cynradd hŷn (10 – 11 oed)
- plant oed uwchradd
- pobl ifanc (16 – 25 oed)
- rhieni a gofalwyr (o fabanod i bobl ifanc yn eu harddegau)
- pobl o grwpiau economaidd-gymdeithasol C1, C2, D ac E
- pobl sy'n mynd ati i golli pwysau
- pobl dduon a lleiafrifoedd ethnig
- pobl 45 oed a throsodd.

Dylai'r broses ymgysylltu ehangach â'r cyhoedd gynnwys ymgyrch aml-gyfrwng i godi ymwybyddiaeth o'r ymgynghoriadau a sbarduno sgwrs genedlaethol. Bydd hyn yn cynnwys sioeau teithiol rhanbarthol mewn lleoliadau sy'n denu llawer o ymwelwyr.

Beth yw'r effeithiau cadarnhaol a negyddol mwyaf arwyddocaol?

Mae effeithiau'r ymgynghoriad yn ymwneud â'r bwriad i ddatblygu amgylchedd bwyd iachach er mwyn sicrhau mai'r dewis iachach yw'r dewis hawdd. Mae hyn yn rhan o ddull sawl elfen a nodir yn y strategaeth genedlaethol Pwysau Iach: Cymru Iach, ac mae'n ategu ein dull cyffredinol o fynd i'r afael ag agweddau ar newid amgylcheddol ac ymddygiadol er mwyn helpu i leihau ac atal gordewdra ledled Cymru.

Rydym yn gwybod bod gordewdra bellach yn un o'r prif achosion marwolaeth cyn pryd y gellir eu hatal. Os bydd y tueddiadau presennol yn parhau, bydd mwy o bobl yng Nghymru yn marw cyn pryd oherwydd canser, clefyd y galon, clefyd yr afu/iau a diabetes. Bydd anabled ac afiechyd yn effeithio'n andwyol ar fwy o fywydau. Hefyd,

mae gordewdra yn cael effaith negyddol ar ein hiechyd meddwl sydd, mewn llawer o achosion, yn dechrau o oedran ifanc ac yn arwain at ganlyniadau ac effeithiau gydol oes. Rydym wedi gweld sut mae pandemig fel COVID-19 wedi amlygu anghydraddoldebau iechyd, gan effeithio ar ordewdra a'r cymunedau lle mae nifer yr achosion o ordewdra yn uwch mewn ffordd anghymesur.

Ar lefel poblogaeth, rydym yn prynu ac yn bwyta gormod o fwydydd â lefelau uchel o fraster, halen a siwgr. Mae hyn yn cael effaith andwyol ar ein hiechyd, ac rydym yn awyddus i newid yr amgylchedd bwyd er mwyn hwyluso newid mewn ymddygiad deietegol.

Nid ydym yn dymuno cynyddu costau byw i bobl, ac rydym yn gwybod bod llawer o gynhyrchion sy'n cael eu gwerthu fel cynigion arbennig yn gallu cynyddu cost siopa wythnosol mewn gwirionedd. Fodd bynnag, hoffem ystyried unrhyw effeithiau andwyol posibl y gall hyn ei chael ar grwpiau o gefndiroedd economaidd is fel rhan o'r ymgynghoriad, a byddwn yn ymgysylltu â phobl i ddeall unrhyw rwystrau neu broblemau ymddangosiadol.

Hefyd, rydym yn gwybod bod gordewdra yn cael effaith ar bobl ag anableddau a'i fod yn gysylltiedig â hil gyda chyfraddau gordewdra uwch ymhlith rhai o'r poblogaethau hyn. Byddwn yn cynnal ymgysylltiad penodol er mwyn ystyried yr effeithiau penodol hyn.

Yn ogystal, rydym am ystyried effeithiau economaidd ehangach yr ymgynghoriad, ac rydym wedi cyhoeddi asesiadau effaith ochr yn ochr â'r ymgynghoriad hwn. Yn benodol, rydym am ystyried unrhyw effeithiau ar fusnesau, ac rydym wedi gofyn cwestiynau penodol yn yr ymgynghoriad i ystyried y math o gymorth y gellid bod ei angen.

Ar sail yr effeithiau a nodwyd, sut fydd y cynnig yn gwneud y cyfraniad mwyaf posibl at ein hamcanion llesiant a'r saith nod llesiant; a/neu yn osgoi, yn lleihau ac yn lliniaru unrhyw effeithiau negyddol?

Bydd lleihau cyfraddau gordewdra a gorbwysau ledled y boblogaeth yn un o'r canlyniadau allweddol, a bydd yr ymgynghoriad hwn yn helpu i gyfrannu'n sylweddol tuag at gyflawni'r nodau a nodir yn y Strategaeth ddeng mlynedd Pwysau Iach: Cymru Iach. Yn ogystal â gwella bywydau drwy atal salwch a marwolaethau sy'n gysylltiedig â gordewdra, bydd yn helpu i greu cymdeithas iachach a mwy cyfartal i bawb.

Rydym yn ymgysylltu ag amrywiaeth o randdeiliaid a phobl a fydd yn cael eu heffeithio yn fwy na neb gan y mesurau a nodir yn y strategaeth a'i chynlluniau cyflawni er mwyn lliniaru unrhyw effeithiau negyddol.

Sut fydd effaith y cynnig yn cael ei monitro a'i gwerthuso wrth iddo gael ei gyflwyno ac ar ôl iddo ddod i ben?

Bydd gwerthusiad cadarn yn cael ei roi ar waith ar ôl cyflwyno deddfwriaeth yn y dyfodol. Bydd hyn yn ceisio deall manteision iechyd unrhyw newidiadau yn yr amgylchedd bwyd. Bydd hyn yn ystyried defnydd o ddata a dadansoddiad o gostau er mwyn llywio'r broses o wneud penderfyniadau yn y dyfodol.

ⁱLlywodraeth Cymru. (2019). Pwysau Iach: Cymru Iach

ⁱⁱ Llywodraeth Cymru. (2019). Arolwg Deiet a Maetheg Cenedlaethol: canlyniadau ar gyfer Blynyddoedd 5 i 9 o'r Rhaglen Dreigl i Gymru (2012/2013 – 2016/2017) a thuoddiad amser a dadansoddiad incwm (Blynyddoedd 1 i 9; 2008/09 – 2016/17)

ⁱⁱⁱ Llywodraeth Cymru. (2021) Gweithio gyda'n gilydd i gyrraedd Sero Net.