



Llywodraeth Cymru  
Welsh Government

**Rhif: WG45033**

Llywodraeth Cymru  
Dogfen Ymgynghori

## Amgylchedd Bwyd Iach

Archwilio cynigion i wneud yr amgylchedd bwyd yng Nghymru yn iachach

Dyddiad cyhoeddi: 9 Mehefin 2022

Camau gofynnol: Ymatebion erbyn 1 Medi 2022

## Trosolwg

Mae'r ymgynghoriad hwn yn archwilio'r camau y gellid eu cymryd i wella'r amgylchedd bwyd yng Nghymru a helpu i sicrhau mai'r dewis iach yw'r dewis hawdd. Mae'n gam gweithredu sy'n deillio o Strategaeth Pwysau Iach: Cymru Iach.

Mae'r ymgynghoriad hwn yn cynnwys cynigion o dan dair thema:

- Basgedi Siopa Iachach – newid pwyslais cynigion a marchnata tuag at ddewisiadau iachach er mwyn gwneud dewisiadau iachach yn fwy fforddiadwy.
- Bwyta'n Iachach y Tu Allan i'n Cartrefi – gwella'r wybodaeth sydd ar gael i ni wrth fwyta y tu allan i'r cartref ac adeiladu ar lwyddiant y Dreth Siwgr ar ddiodydd meddal.
- Amgylcheddau Bwyd Lleol Iachach – newid y cydbwysedd er mwyn sicrhau bod ein teithiau dyddiol drwy'r lleoedd rydym yn byw ynddynt yn gallu helpu i hyrwyddo dewisiadau iach, gan gynnwys archwilio rôl siopau Tecawê Bwyd Poeth o gwmpas ysgolion.

## Sut i ymateb

Dylech gyflwyno'ch sylwadau erbyn 1 Medi 2022, gan ddefnyddio unrhyw un o'r dulliau canlynol:

- cwblhau ein ffurflen ar-lein
- lawrlwytho a chwblhau ein ffurflen ymateb, a'i dychwelyd mewn e-bost neu drwy'r post i'r cyfeiriadau isod.

## Rhagor o wybodaeth a dogfennau cysylltiedig

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

## Manylion cyswllt

I gael rhagor o wybodaeth:

Y Gangen Byw'n Iach ac Egniol

Llywodraeth Cymru

Parc Cathays

Caerdydd

CF10 3NQ

E-bost:

PwysaulachCymrulach@llyw.cymru

Mae'r ddogfen hon ar gael yn Saesneg hefyd: <https://gov.wales/healthy-food-environment>

## Rheoliad Cyffredinol y DU ar Ddiogelu Data

Llywodraeth Cymru fydd y rheolydd data ar gyfer unrhyw ddata personol a ddarperir 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. Dim ond o dan gontract yr ymgymerir â gwaith o'r fath. 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'i gynnal yn briodol, 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'ch manylion cyn cyhoeddi'ch ymateb.

Dylech hefyd fod yn ymwybodol o'n cyfrifoldebau o dan ddeddfwriaeth Rhyddid Gwybodaeth.

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

### Eich hawliau

O dan ddeddfwriaeth diogelu data, mae gennych yr hawl:

- i wybod am y data personol a gedwir amdanoch chi a'u gweld
- i'w gwneud yn ofynnol inni gywiro gwallau yn y data hynny
- (o dan amgylchiadau penodol) i wrthwynebu prosesu neu gyfyngu ar brosesu
- (o dan rai amgylchiadau) i'ch data gael eu 'dileu'
- (o dan rai amgylchiadau) i gludadwyedd data
- Gwneud cwyn i Swyddfa'r Comisiynydd Gwybodaeth, sef ein rheoleiddiwr annibynnol ar gyfer diogelu data.

I gael rhagor o fanylion am y wybodaeth y mae Llywodraeth Cymru yn ei chadw ac am y defnydd a wneir ohoni, neu os ydych am arfer eich hawliau o dan y Rheoliad Cyffredinol ar Ddiogelu Data, gweler y manylion cyswllt isod:

Y Swyddog Diogelu Data

Llywodraeth Cymru

Parc Cathays

CAERDYDD

CF10 3NQ

e-bost: [Data.ProtectionOfficer@llyw.cymru](mailto:Data.ProtectionOfficer@llyw.cymru)

Dyma fanylion cyswllt Swyddfa'r Comisiynydd Gwybodaeth:

Tŷ Wycliffe

Water Lane

Wilmslow

Swydd Gaer SK9 5AF

Ffôn: 01625 545 745 neu

0303 123 1113

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

## Ymgynghoriad ar Amgylchedd Bwyd Iach

Rhagair y Gweinidog	6
Crynodeb Gweithredol	7
Cyflwyniad	9
Thema 1: Basgedi Siopa Iachach – Sicrhau mai'r Dewis Iach yw'r Dewis Hawdd	12
Thema 2: Bwyta'n Iachach y Tu Allan i'r Cartref – Deall sut y mae'n cyfrannu at eich pwysau	23
Thema 3: Amgylchedd Bwyd Lleol Iachach – Newid y Cydbwysedd	32
Gwybodaeth am Ymatebwyr	38
Mesurau Posibl Eraill ac Effeithiau Ehangach	39
Cymorth i Fusnesau a'r Effaith ar Fusnesau (gan gynnwys cwestiynau ar gyfer Busnesau yn benodol)	40
Geirfa	42
Cyfeiriadau	46

## Rhagair y Gweinidog

Mae'r ymgynghoriad hwn yn gam pwysig tuag at gyflawni ein huchelgeisiau sydd wedi'u nodi yn ein strategaeth deng mlynedd, Pwysau Iach: Cymru Iach. Gordewdra yw un o'n heriau mwyaf arwyddocaol sy'n wynebu'r cenedlaethau fel poblogaeth, ond rydym yn gwybod bod yn rhaid i ni archwilio sawl dull gwahanol o ddylanwadu ar ymddygiad er mwyn cael effaith wirioneddol. Mae hyn yn cynnwys newid ein hamgylchedd bwyd i un sy'n ein hannog i wneud dewisiadau cadarnhaol ar gyfer ein hiechyd. Rydym am ddefnyddio'r ymgynghoriad hwn fel cyfle i drafod mesurau i sicrhau mai'r dewis iach yw'r dewis hawdd.

Rwy'n credu'n gryf bod mwy i gyrraedd a chynnal pwysau iach na grym ewyllys yn unig. Mae'n fwyfwy anodd dewis deiet iach wrth i'n bywydau a'n ffordd o fyw newid i gyd-fynd â bywyd modern. Mae ein cynigion bwyd wedi esblygu mewn ffordd sy'n golygu bod bwydydd sy'n rhad, yn gyfleus ac yn anodd eu gwrthod o'n cwmpas o hyd. Mae llawer o'r bwyd hwn yn cynnwys lefelau uchel o fraster, siwgr neu halen, ac rydym yn gwybod fel cenedl ein bod yn bwyta gormod o fwyd sy'n niweidiol i'n hiechyd. Mae llawer o'r bwydydd hyn yn darparu calorïau gwag sy'n ein cymell i fwyta mewn ffordd nad yw'n gynaliadwy. Rwyf am i ni ystyried sut y gallwn ailosod y ddeinameg hon.

Nid wyf yn fodlon derbyn bod 28% o'n plant eisoes dros eu pwysau neu'n ordew wrth ddechrau'r ysgol, yn enwedig gan ein bod yn gwybod bod y sefyllfa hon yn cael effaith sy'n cyfyngu ar fywyd ar gyfer ystod eang o faterion iechyd corfforol ac iechyd meddwl. Rwyf am ei gwneud yn haws i rieni wneud dewisiadau cadarnhaol. Fodd bynnag, rwy'n awyddus i gostau byw gael eu hystyried yn ofalus fel ffactor pwysig yn yr ymgynghoriad hwn. Rwyf am i'r mesurau hyn helpu i gefnogi'r diwydiant i sicrhau ei bod yn haws cael gafael ar fwyd iachach am bris rhatach, ac rwyf eisieu rhoi pwyslais ar leihau'r bwlch anghydraddoldebau iechyd sy'n gysylltiedig â'n dewisiadau deietegol. Er enghraifft, gwyddom y gall bwydydd sy'n cael eu hyrwyddo ar sail pris gynyddu gwariant cartrefi mewn gwirionedd, felly byddwn yn gwrando'n ofalus ar amrywiaeth o safbwyntiau er mwyn sicrhau y gallwn gael y cydbwysedd cywir.

Mae'r ymateb i'r pandemig COVID-19 wedi amlygu'r angen dybryd i gymryd camau mwy cadarn i helpu i leihau ac atal gordewdra. Mae'r pandemig wedi dangos cysylltiad â chanlyniadau gwaeth ar gyfer pobl â mynegai màs y corff uwch, ac rydym yn gwybod bod cysylltiad arwyddocaol o hyd â nifer o glefydau cronig, sy'n golygu bod pobl yn byw ag anableddau ac yn marw yn gynnar. Gellir atal y rhain.

Rwyf am i ni ailddychmygu'r amgylchedd bwyd a gwneud y penderfyniadau cywir ar gyfer cenedlaethau'r presennol a'r dyfodol. Mae hyn yn cynnwys gweithio gyda'r diwydiant mewn ffordd gadarnhaol a rhagweithiol i ddatblygu'r cynigion hyn er mwyn sicrhau'r effaith fwyaf posibl. Hefyd, mae hyn yn golygu edrych yn fanwl ar y cysylltiadau rhwng anghydraddoldebau iechyd, diffyg diogeledd bwyd a thlodi. Yn y pen draw, rwyf am i'r mesurau hyn wneud bwydydd iachach yn fwy cyfleus ac yn fwy fforddiadwy.

Mae tair thema wedi'u cynnwys yn yr ymgynghoriad: basgedi siopa iachach, bwyta'n iachach y tu allan i'r cartref, ac amgylcheddau bwyd lleol iachach. Rydym yn cynnal ymgynghoriad ar wahân ar gynigion i atal gwerthu diodydd egni i blant hefyd.

Gallai'r mesurau hyn fod yn gyfres gyntaf o fesurau, y gellir monitro eu heffaith dros amser, ochr yn ochr â nifer o ddulliau a champau gweithredu sydd wedi'u nodi yn ein strategaeth genedlaethol. Er enghraifft, byddwn yn ymchwilio i bwerau treth yng Nghymru er mwyn ystyried dulliau eraill o wneud gwahaniaeth.

Yn ystod yr ymgynghoriad, byddwn yn ymgysylltu â phobl a rhanddeiliaid ledled Cymru. Rydym yn awyddus i wrando ar syniadau a safbwyntiau gwahanol. Rwy'n arbennig o awyddus i sicrhau bod plant a phobl ifanc yn cael llais. Edrychaf ymlaen at ymgysylltu'n rhagweithiol yn ystod yr ymgynghoriad a gwrando ar safbwyntiau amrywiol.

## **Crynodeb Gweithredol**

Mae'r ymgynghoriad yn cyflwyno cynigion o dan dair thema a fydd, gobeithio, yn helpu i greu amgylchedd bwyd lle mai'r dewis iach yw'r dewis hawdd.

Rydym yn gweithio'n agos gyda phartneriaid amrywiol i ystyried y dystiolaeth sydd gennym eisoes, ond bydd yr ymgynghoriad hwn yn ein helpu i lunio a mireinio ein syniadau, a'n helpu i gasglu barn ar gynigion penodol rydym wedi'u cyflwyno o dan dair thema: basgedi siopa iachach, bwyta'n iachach y tu allan i'r cartref ac amgylcheddau bwyd lleol iachach.

### **Basgedi Siopa Iachach**

Fel cenedl, mae ein dewisiadau bwyd yn tueddu i gynnwys gormod o galoriâu a gormod o fraster, siwgr a halen. Rydym eisiau cynorthwyo unigolion i wneud dewisiadau iachach trwy gyfyngu ar hyrwyddo bwyd a diod sydd â lefelau uchel o fraster, siwgr a halen – y cyfranwyr dietegol mwyaf at ordewdra, a hyrwyddo'r broses o hybu cynhyrchion iachach.

Er mwyn cyflawni hyn, rydym yn cynnig cyflwyno deddfwriaeth i bennu rheolau ar gyfer pa gynhyrchion y gellir eu gwerthu trwy eu hyrwyddo, megis prisiau rhatach dros dro, opsiynau amleitem a chynigion yn ôl cyfaint, neu gynhyrchion sy'n cael eu gosod mewn lle amlwg mewn siopau, fel ger y fynedfa ac ar ben yr eil.

Fel rhan o'r gwaith hwn, mae angen i ni ystyried pa gynhyrchion y bydd y cyfyngiadau yn berthnasol iddynt, pa fathau o gynigion y dylid cyfyngu arnynt, a pha leoliadau mewn siopau sydd angen eu cynnwys.

Ochr yn ochr â hyn, rydym eisiau annog y diwydiant i ddefnyddio ei brofiad a'i adnoddau helaeth i annog cwsmeriaid i brynu bwyd a diod iachach.

## **Bwyta'n Iachach y Tu Allan i'r Cartref**

Mae bwyta allan a phrynu tecawê yn fwy na phleser achlysurol erbyn hyn - mae'n rhan fwyfwy cyffredin o'n bywydau bob dydd. Rydym am ystyried pa fesurau y gellir eu haddasu ar lefel genedlaethol i'n helpu i sicrhau i wireddu ein huchelgais o bwysau iachach.

Yr opsiynau sy'n cael eu hystyried yn yr ymgynghoriad hwn yw cyflwyno labelu calorïau gorfodol yn y man dewis, a chyfyngiadau o safbwynt maint diodydd llawn siwgr a'u hail-lenwi.

Fel rhan o'r gwaith hwn, rydym am ystyried eithriadau posibl i'r cynigion ac ystyried sut mae gwybodaeth yn cael ei harddangos.

Hefyd, rydym am ystyried yr effaith ar bobl sydd ag anhwylderau bwyta, ac unrhyw fesurau lliniaru y gellir eu rhoi ar waith i'w cefnogi.

## **Amgylcheddau Bwyd Lleol Iachach**

Ochr yn ochr â chanolbwyntio ar labelu calorïau a chefnogi busnesau bwyd, rydym eisiau defnyddio dulliau gweithredu presennol i wella ein hamgylcheddau bwyd lleol a sicrhau bod dewisiadau iachach yn haws.

Rydym am ystyried sut y gallem gefnogi penderfyniadau ar sail gwybodaeth ar faterion fel lleoli siopau bwyd tecawê poeth newydd yn agos at ysgolion a cholegau drwy sicrhau bod gwybodaeth am faint o siopau tebyg sy'n bodoli eisoes, cyfraddau gordewdra lleol a demograffeg gymdeithasol yn cael ei hystyried a'i hadlewyrchu.

## **Cymorth Busnes**

Wrth gynnal yr ymgynghoriad hwn, rydym hefyd yn awyddus i ystyried sut y gallwn gynorthwyo busnesau i gyflwyno'r newidiadau arfaethedig hyn a datblygu opsiynau iachach. Rydym wedi cyhoeddi ystod o Asesiadau Effaith ochr yn ochr â'r ymgynghoriad hwn, a byddwn yn ystyried unrhyw safbwyntiau neu dystiolaeth ychwanegol. Mae cwestiynau penodol sy'n berthnasol i fusnesau wedi'u cynnwys ym Mhennod 5.

## **Y Camau Nesaf**

Cynhelir yr ymgynghoriad hwn rhwng 9 Mehefin ac 1 Medi 2022, ac yn ystod y cyfnod hwn rydym yn cynllunio gweithgareddau ymgysylltu amrywiol gydag aelodau'r cyhoedd, y diwydiant a rhanddeiliaid allweddol. Byddwn yn cyhoeddi ymateb i'r ymgynghoriad erbyn hydref 2022.

Byddwn yn ymgynghori ar fesurau gorfodi ar gyfer yr opsiynau arfaethedig erbyn gaeaf 2022/23.



## Cyflwyniad

Mae [Pwysau Iach: Cymru Iach](#)<sup>1</sup> yn amlinellu ein strategaeth a'n gweledigaeth 10 mlynedd ar gyfer atal a lleihau gordewdra ledled Cymru. Mae'r strategaeth yn cydnabod yr heriau, ond yn bwysicaf oll, y cyfleoedd sydd ar gael i rymuso pobl ledled Cymru i wneud dewisiadau iachach sy'n hawdd, yn fforddiadwy ac yn gynaliadwy.

Mae atal gordewdra yn her gymhleth, ac mae llawer o ffactorau yn cyfrannu ar lefelau unigol, cymunedol, cymdeithasol a byd-eang. Fodd bynnag, mae ein hamgylchedd bwyd wedi datblygu mewn ffordd sy'n rhoi blaenoriaeth i gyfleustra dros iechyd. Mae hyn yn cynnwys canolbwyntio ar fwydydd hawdd a chyflym, sy'n aml yn rhoi llawer o egni ac yn cynnwys llawer o fraster, halen 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.

Mae tua 1.6 miliwn o oedolion dros eu pwysau a 655,000 yn ordew yng Nghymru. 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. Mae'r [Arolwg Deiet a Maeth Cenedlaethol](#)<sup>2</sup> diweddaraf yn dangos ein bod yn bwyta gormod o siwgr, braster dirlawn a halen. Rydym yn bwyta gormod o galoriau hefyd, ond dim digon o ffibr, ffrwythau a llysiau. Er enghraifft, mae plant rhwng 11 a 18 oed yn bwyta hyd at deirgwaith yn fwy na'r uchafswm siwgr a argymhellir. Mae'n amlwg bod angen gweithredu.

Mae gorbwysedd a gordewdra yn broblemau iechyd hirdymor na ellir eu newid dros nos. Dyna pam rydym yn awyddus i ddatblygu dull gweithredu hirdymor, sy'n dwyn ynghyd ystod o gamau gweithredu sy'n cynnwys sawl elfen. Mae hyn yn cynnwys gwella ein hamgylchedd bwyd er mwyn helpu i sicrhau mai'r dewis iach yw'r dewis hawdd. Rhaid i'r camau sydd angen i ni eu cymryd i atal a lleihau gordewdra ymwneud â sut y gallwn newid a dylanwadu ar ymddygiad. Rydym yn gwybod nad yw dylanwadu ar gamau gweithredu unigol i effeithio ar gyfrifoldeb personol yn ddigon. Mae ein hamgylchedd yn gwneud cyfraniad pwysig o ran ein hysgogi i wneud dewisiadau nad ydynt yn rhai iach.

Mae'r cynigion sydd wedi'u cyflwyno yn yr ymgynghoriad hwn yn hanfodol ar gyfer iechyd a llesiant ein poblogaeth yn awr ac yn yr hirdymor. Os bydd y tueddiadau presennol yn parhau, rydym yn gwybod y bydd mwy o bobl yng Nghymru yn marw cyn pryd oherwydd canser, clefyd y galon, clefyd yr afu/iau a diabetes math 2. Bydd anabledd 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.

Mae'r pandemig wedi cael effaith sylweddol ar ein deiet hefyd, ac wedi dangos yr effaith negyddol ar ein hiechyd. Mae [gwaith ymchwil byd-eang](#)<sup>3</sup> yn awgrymu bod gordewdra yn cynyddu'r perygl o farw o COVID-19 48%; y perygl o fynd i uned gofal dwys 74%, a'r perygl o orfod mynd i'r ysbyty 113%. Mae salwch sy'n gysylltiedig â deiet yn un o'r tri ffactor risg mwyaf ar gyfer marwolaeth sy'n gysylltiedig â COVID-19, a'r prif achos marwolaeth y gellir ei atal. Mae'n bosibl y bydd y pandemig wedi

gwaethygu anghydraddoldebau sydd eisoes yn bodoli, a gwyddom i unigolion â phroblemau iechyd eisoes fod yn fwy tebygol o fod yn anweithgar a chael mynediad cyfyngedig at fwyd yn ystod y pandemig.

## **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 cymell i wneud dewisiadau nad ydynt yn rhai iach. Rydym wedi creu amgylchedd lle nad yw'r dewis iach yn ddewis hawdd bob amser. Ein nod yw newid hyn er gwell.

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 rheolaidd y dydd. Mae maint dognau wedi cynyddu ac maent yn cynnwys mwy o galorïau, braster, siwgr a halen ar y cyfan. Dangosodd ystadegau a gasglwyd cyn COVID-19 fod tua un o bob pum pryd bwyd yn cael ei fwyta y tu allan i'r cartref.

Nid oes unrhyw atebion cyflym. Rydym yn gwybod bod sbardunau gordewdra yn gymhleth ac wedi esblygu dros genedlaethau.

## **Beth rydym eisïau ei ystyried?**

Rydym yn gweithio'n agos gyda phartneriaid amrywiol i ystyried y dystiolaeth, a bydd yr ymgynghoriad hwn yn ein helpu i asesu effaith debygol y cynigion rydym wedi'u cyflwyno. Drwy'r cynigion hyn, ein nod yw gwella iechyd cenedlaethau'r presennol a'r dyfodol yn sylweddol. Rydym am i'n plant dyfu i fyny mewn amgylchedd sy'n mynd ati i gefnogi ein llesiant corfforol a meddyliol.

Rydym am feddwl am y bwyd a diod y mae pobl ledled Cymru yn eu prynu, eu bwyta a'u hyfed yn ystod wythnos arferol. Rydym am weithredu ym mhob rhan o'r amgylchedd bwyd i ystyried newidiadau a fydd yn ailddychmygu sut mae ein dewisiadau bwyd yn gallu newid er mwyn 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.

Felly, rydym yn ymgynghori ar gynigion ar draws dair thema allweddol:

- Basgedi Siopa Iachach – newid pwyslais cynigion a marchnata tuag at ddewisiadau iachach er mwyn gwneud dewisiadau iachach yn fwy fforddiadwy.
- Bwyta'n Iachach y Tu Allan i'n Cartrefi – gwella'r wybodaeth sydd ar gael i ni pan fyddwn yn bwyta y tu allan i'r cartref ac adeiladu ar lwyddiant y Dreth Siwgr ar ddiodydd meddal.
- Amgylcheddau Bwyd Lleol Iachach – newid y cydbwysedd er mwyn sicrhau bod ein teithiau dyddiol drwy'r lleoedd rydym yn byw ynddynt yn gallu helpu i hyrwyddo dewisiadau iach, gan gynnwys archwilio rôl siopau Tecawê Bwyd Poeth o gwmpas ysgolion.

Mae'r cynigion hyn yn gydgysylltiedig ac maent yn ategu camau gweithredu ehangach yn ymwneud â chynaliadwyedd bwyd a'r newid yn yr hinsawdd, yn unol â'n [strategaeth Sero Net](#)<sup>4</sup>. 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. Er enghraifft, rydym yn ystyried defnyddio pwerau trethu Cymru ar fwydydd sy'n cynnwys llawer o galoriau, braster a siwgr yn y dyfodol.

# Thema 1: Basgedi Siopa Iachach - Sicrhau mai'r Dewis Iach yw'r Dewis Hawdd

Mae pob un ohonom yn gwneud dewisiadau bwyd bob dydd - siopa bob wythnos mewn archfarchnad, prynu pecyn bwyd ar y ffordd i'r gwaith, paratoi bocsys bwyd ysgol ein plant neu siopa yn ein siopau cyfleustra lleol. Fodd bynnag, rydym yn gwybod bod [ein dewisiadau bwyd](#)<sup>5</sup> fel cenedl yn tueddu i gynnwys gormod o fraster, siwgr a halen, a bod oedolion yn [tanamcangyfrif y calorïau](#)<sup>6</sup> y maent yn eu bwyta hyd at 50%. [Mae oedolion yn bwyta](#)<sup>7</sup> tua 195 o galorïau yn ormod y dydd, ac mae oedolion sydd dros eu pwysau ac oedolion gordew yn bwyta tua 320 o galorïau yn ormod y dydd. Nid yw'n syndod bod hyn yn cael effaith ar ein gallu i gyrraedd a chynnal pwysau iach.

Ni ellir priodoli ein pwysau i hunanreolaeth, neu ddiffyg hunanreolaeth, yn unig. Nid yw pob un o'n dewisiadau, gan gynnwys y rhai yn ymwneud â bwyd, yn ddewisiadau ymwybodol. Rydym yn gwneud llawer o benderfyniadau ar lefel isymwybodol, sy'n cael eu dylanwadu gan sbardunau emosiynol a'r teimlad o gael gwerth am arian, arbed amser, boddhad parod, teyrngarwch i frand neu gynefindra.

Mae strategaethau marchnata a hyrwyddo manwerthu sy'n cael eu rhoi ar waith yn soffistigedig, yn amlwg iawn ac yn anodd eu gwrthod. Yn ogystal, mae [tystiolaeth yn dangos](#)<sup>8</sup> bod ein pwysau yn gallu dylanwadu ar y tebygolrwydd y byddwn yn ildio i'r dulliau marchnata hyn.

Rydym yn awyddus i sicrhau newid yn y defnydd o hyrwyddo er mwyn iddynt hyrwyddo opsiynau iachach. Gwyddom y bydd yr argyfwng costau byw a fforddiadwyedd bwyd yn ysgogi pobl i ddewis y mathau o fwydydd y mae llawer ohonom yn eu prynu, o bosibl. Fodd bynnag, nid ydym am i bobl ar incwm is gael dim dewis heblaw prynu mwy o fwydydd sy'n ddrwg i'w hiechyd yn y pen draw. Ni fyddem am weld y bwlch anghydraddoldeb iechyd yn lledu ymhellach. Ochr yn ochr ag amrywiaeth o bolisïau eraill megis Cychwyn Iach a Phrydau Ysgol am Ddim, hoffem ystyried sut y gallwn gefnogi ymddygiad deietegol iachach o'r dechrau'n deg yn oes unigolion.

## Sicrhau mai'r Dewis Iach yw'r Dewis Hawdd

Yn ystod y blynyddoedd diwethaf, mae camau wedi'u cymryd i annog y diwydiant i sicrhau bod y bwyd y mae'n ei werthu yn iachach ac yn cynnwys llai o galorïau (rhaglenni lleihau calorïau, siwgr a halen Llywodraeth y DU) a labelu cynhyrchion i helpu pobl i wneud dewisiadau mwy gwybodus ac iachach (labelu maeth ar flaen pecynnau). Mae'r cam gweithredu hwn wedi'i gyflwyno ledled y DU yn wirfoddol. Er bod y diwydiant bwyd wedi gwneud rhywfaint o gynnydd o safbwynt ailfformiwleiddio cynhyrchion a darparu opsiynau iachach, nid yw'r gwaith hwn wedi'i wneud na'i gynnal yn gyson.

Er bod labelu maeth ar flaen pecynnau wedi bod yn gam poblogaidd (mae label ar tua dwy ran o dair o fwyd sydd wedi'i becynnu ymlaen llaw), nid yw dulliau gwirfoddol yn y maes hwn wedi sicrhau'r newid sydd ei angen. Er enghraifft, dim ond 52% o'r

holl dargedau cyfartalog a nodwyd yn [rhaglen lleihau halen 2014-2017](#)<sup>9</sup> y llwyddodd cynhyrchwyr a manwerthwyr i'w cyrraedd.

Mae llawer o resymau pam nad yw camau gweithredu gwirfoddol yn llwyddo bob amser nac yn sicrhau'r newid sydd ei angen. Un o'r prif resymau yw bod diffyg cysondeb wrth roi'r camau ar waith yn arwain at sefyllfa anghyfartal. Bydd deddfwriaeth yn y maes hwn yn adeiladu ar gamau gweithredu gwirfoddol, yn sicrhau cysondeb, yn darparu eglurder ac yn helpu i ddarparu amgylchedd siopa iachach i'r defnyddiwr. Hefyd, bydd yn helpu i sicrhau chwarae teg ar gyfer y diwydiant bwyd, gan sicrhau nad yw'r rhai sy'n gwneud ymdrech i gynyddu argaeledd a hyrwyddo opsiynau iachach o dan anfantais o gymharu â'r rhai nad ydynt yn gwneud ymdrech o'r fath.

Mae'n hanfodol bod defnyddwyr yn gallu cael gafael ar wybodaeth hawdd ei deall am y bwyd y maent yn ei brynu. Rydym wedi ymgynghori ochr yn ochr â Llywodraeth y DU a'r gweinyddiaethau datganoledig eraill ar safbwyntiau a thystiolaeth i helpu i lywio unrhyw welliannau yn y dyfodol i [ddull labelu maeth ar flaen pecynnau y DU](#)<sup>10</sup>. Bydd hyn yn sicrhau mai label y DU yw'r un mwyaf effeithiol o hyd ar gyfer llywio dewisiadau iachach. Byddwn yn ystyried ac yn myfrio ar ganlyniad yr ymgynghoriad hwn ac yn gweithio gyda gwledydd eraill i ddatblygu'r camau nesaf.

### **Hyrwyddo Bwyd a Diod**

Mae tactegau marchnata a hyrwyddo mewn siopau yn effeithiol iawn o ran dylanwadu ar ddewisiadau prynu bwyd. Mae [40% o'r bwyd a diod](#)<sup>11</sup> sy'n cael eu prynu mewn siopau yn y DU yn cael eu gwerthu fel rhan o gynnig arbennig, a'r ganran hon yw'r uchaf yn Ewrop. Wrth edrych ar y ffigurau diweddaraf cyn COVID ar gyfer Cymru<sup>12</sup> mae'r tactegau hyrwyddo hyn yn fwyaf cyffredin ar gyfer cynhyrchion sy'n cynnwys llawer o fraster, siwgr neu halen, er enghraifft bisgedi (33.9%) a melysion (36.1%).

Mae cynigion mor effeithiol nes bod manwerthwyr yn dewis gwerthu rhai cynhyrchion sy'n cael eu prynu'n rheolaidd (a elwir yn [eitemau gwerth allweddol](#))<sup>13</sup> am golled er mwyn ein denu i'w siopau. Drwy wneud hyn, maent yn gobeithio y byddwn yn gwneud ein siopa bwyd wythnosol neu fisol yno gan gynyddu eu cyfran o'r farchnad siopa bwyd.

Er bod cynigion yn gallu rhoi'r argraff eu bod yn arbed arian i ddefnyddwyr, mae data yn dangos eu bod yn gallu [cynyddu gwariant defnyddwyr](#)<sup>14</sup> tua 20% mewn gwirionedd. Mae'r cynhyrchion hyn yn annog pobl i brynu mwy nag yr oeddent wedi bwriadu ei brynu yn y lle cyntaf. Hefyd, mae gwaith ymchwil yn dangos bod hyd at 83% o'r eitemau sy'n cael eu prynu fel rhan o gynnig arbennig yn enghreifftiau o brynu byrbwyll, gyda dim ond 17% wedi'u cynllunio. Mae pobl ar incwm is neu bobl sydd â phlant yn fwy tebygol o brynu bwyd a diod sy'n cynnwys lefel uchel o fraster, siwgr neu halen os ydynt ar werth fel cynnig arbennig. Er enghraifft, mae tua hanner yr eitemau siocled sy'n cael eu prynu yn cael eu gwerthu fel cynnig arbennig. Nid yw [defnyddwyr yn prynu bwyd i'w storio wrth gefn fel arfer](#)<sup>15</sup>, er eu bod yn bwriadu gwneud hynny o bosibl, ac yn gyffredinol mae prynu eitemau ychwanegol yn arwain at fwyta mwy o fwyd a cholorïau.

Mae defnyddwyr Cymru yn cydnabod dylanwad cynigion arbennig o'r fath ar eu harferion prynu, ac yn ôl [arolwg barn Ymchwil Canser<sup>16</sup>](#) roedd 86% o'r ymatebwyr yn credu bod bargeinion sy'n cynnig bwyd ychwanegol yn cael effaith ar faint o fwyd nad yw'n iach y maent yn ei brynu. Yn ôl [arolwg 2016 y cylchgrawn Which<sup>17</sup>](#) y prif beth roedd defnyddwyr am i fanwerthwyr ei wneud oedd cynnwys mwy o fwydydd iach mewn cynigion arbennig.

Rydym am gyfyngu ar hyrwyddo bwyd a diod sy'n cynnwys lefelau uchel o fraster, siwgr a halen, nad ydynt wedi'u cynnwys yn y [Canllaw Bwyta'n Dda<sup>18</sup>](#) (cyngor y llywodraeth ar ddeiet cytbwys) a sicrhau ei bod yn haws ac yn rhatach mabwysiadu deiet cytbwys, iach. Nid yw'r amgylchedd manwerthu presennol bob amser yn cydfynd â'r canllawiau bwyta'n iach hyn nac yn eu cefnogi. Mae hyn yn ei gwneud yn llawer anoddach i deuluoedd ym mhob rhan o'r boblogaeth wneud dewisiadau iachach.

Ar wahân i eithriadau posibl (a nodir yn ddiweddarach) rydym yn bwriadu cynnwys pob busnes manwerthu sy'n gwerthu bwyd (yn ffisegol ac ar-lein). Bydd ein cynigion yn ystyried y canlynol:

- cynigion gwerth (sy'n cynnwys prisiau rhatach, cynigion amleitem a chynigion gwerth ychwanegol); a
- chynigion sy'n seiliedig ar leoliad (mynedfa'r siop, pen yr eil etc).

Yn ogystal â chyfyngu ar hyrwyddo bwyd sy'n cynnwys lefelau uchel o fraster, siwgr a halen, rydym eisiau annog (neu gymell) y diwydiant i ddefnyddio ei brofiad helaeth, a'r adnoddau hyrwyddo a marchnata sydd ar gael iddo, i annog cwsmeriaid i brynu bwyd a diod iachach. Yn y bôn, rydym am newid cydbwysedd cynigion arbennig yn yr amgylchedd manwerthu, gan symud o fwyd llai iach tuag at fwyd mwy iach, gan wneud y dewis iach yn fwy hygyrch a fforddiadwy. Rydym am i'r diwydiant sicrhau ei bod yn haws prynu bwyd iachach a'i fod yn fwy gweladwy mewn siopau.

Bydd ymatebion i'r ymgynghoriad hwn yn helpu i lywio ymgynghoriad technegol pellach sy'n canolbwyntio ar gyflwyno'r cynigion a'u gorfodi.

## **Cynnig 1: Cyfyngu ar gynigion seiliedig ar werth ar gyfer cynhyrchion sy'n cynnwys lefelau uchel o fraster, siwgr neu halen**

[Mae cynigion mewn siopau yn helaeth, wedi'u hen sefydlu ac yn effeithiol o ran dylanwadu ar y bwyd y mae pobl yn ei ddewis a'i brynu<sup>19</sup>](#). Ceir sawl math o gynigion seiliedig ar werth yn yr amgylchedd manwerthu, ond y rhai mwyaf cyffredin yw disgownt amleitem (cynigion 2 am £1, tri am bris dau etc) a gostyngiadau dros dro mewn prisiau. Yn aml, mae'r addewid o fargen yn denu defnyddwyr at y bargeinion hyn, ac mae disgowntiau amleitem yn benodol yn gallu arwain at swmp-brynu. Er bod y cwsmer yn bwriadu cadw'r eitemau ychwanegol i'r naill ochr am gyfnod hirach o bosibl, unwaith y mae'r eitem yn y cwpwrdd mae'r rhan fwyaf o bobl yn ildio i'r temtasiwn i'w fwyta yn gynt na'r bwriad.

At ddibenion yr ymgynghoriad hwn, rydym wedi diffinio cynigion seiliedig ar werth (cynigion sy'n awgrymu gwerth ychwanegol i'r defnyddiwr) fel a ganlyn:

- "gostyngiadau dros dro mewn prisiau," lle mae pris arferol eitem yn cael ei ostwng dros gyfnod y cynnig;
- cynigion amleitem, lle mae disgownt yn cael ei gynnig os oes swm penodol o'r eitem yn cael ei brynu ar unwaith (gan gynnwys bargeinion 'prynu un a chael un am ddim'); a
- "chynigion cyfaint", megis eitemau am ddim, cyfaint mwy am yr un pris, a chynigion "bargen pryd bwyd" lle mae cynhyrchion gwahanol yn rhatach wrth eu prynu gyda'i gilydd.

Yn wahanol i'r dull gweithredu yn Lloegr, rydym am gynnwys gostyngiadau dros dro mewn prisiau yn y cyfyngiadau arfaethedig. Yn 2019 roedd dros chwarter yr holl fwyd a diod a brynwyd yng Nghymru yn cael ei werthu ar gynnig arbennig.

Gostyngiadau dros dro mewn prisiau oedd y cynnig mwyaf poblogaidd (19.3%), ac yna bargeinion Y am £X (7.3%)<sup>20</sup>. Drwy weithredu'r cynigion sy'n cael eu hamlinellu yn y bennod hon, rydym yn gobeithio lleihau faint o gynnyrch sy'n cynwys lefelau uchel o fraster, siwgr neu halen sy'n cael eu prynu yng Nghymru.

### **C1. A ddylid cyflwyno deddfwriaeth i gyfyngu ar y mathau canlynol o ddulliau hyrwyddo cynhyrchion sy'n cynnwys lefelau uchel o Fraster, Halen neu Siwgr?**

- **gostyngiadau dros dro mewn prisiau**
- **cynigion amleitem**
- **cynigion cyfaint**

**Dylid/Na ddylid/Ddim yn siŵr**

**Esboniwch**

## **Cynnig 2: Cyfyngu ar osod cynhyrchion sy'n cynnwys lefelau uchel o fraster, halen a siwgr mewn mannau sy'n annog pobl i'w prynu**

Canfu [astudiaeth 2018 y Gynghrair Gordewdra](#)<sup>21</sup> fod 43% o'r holl gynhyrchion bwyd a diod a leolir mewn mannau amlwg, megis arddangosfeydd wrth fynedfeydd siopau, mannau talu, pen yr eil, neu unedau arddangos annibynnol yn gwerthu bwydydd a diodydd llawn siwgr. Defnyddir y math hwn o farchnata yn eang yn y DU i hyrwyddo bwydydd â lefelau uchel o fraster, halen a siwgr, ac mae'n cael dylanwad mawr iawn ar [blant a phobl ifanc](#).<sup>22</sup> Mae'n annog pobl i [brynu](#)<sup>23</sup> yn fyrbwyll, sy'n gyfrifol am

rhwng 45% a 70% o'r holl fwyd sy'n cael ei brynu, ac 80% o'r hyn a brynir mewn rhai categorïau.

Roedd gan rai archfarchnadoedd gyfran uwch o fwyd a/neu ddiodydd llawn siwgr yn y manau talu nag eraill, yn amrywio o 30% mewn un archfarchnad fawr i 73% mewn archfarchnad arall. Hefyd, nododd astudiaeth y Gynghrair Gordewdra fod llai nag 1% o'r cynhyrchion bwyd a diod a oedd yn cael eu hyrwyddo mewn manau proffil uchel yn ffrwythau neu'n llysiau.

Hefyd, mae [tystiolaeth](#)<sup>24</sup> yn awgrymu bod gosod cynhyrchion mewn lle amlwg yn cynyddu'r tebygolrwydd y bydd pobl yn eu prynu yn annibynnol ar unrhyw ostyngiadau mewn prisiau, gan ddangos bod gosod cynnyrch mewn lle amlwg yn golygu bod pobl yn rhagdybio'n anghywir eu bod yn cael gwell gwerth am arian. Mae cynhyrchwyr bwyd yn talu premiwm i osod eu cynnyrch yn y manau hyn.

**C2. A ddylid cyflwyno deddfwriaeth i gyfyngu ar osod cynhyrchion sy'n cynnwys lefelau uchel o fraster, halen a siwgr yn y manau manwerthu canlynol?**

- wrth fynedfa siop,
- wrth y til,
- pen yr eil,
- unedau arddangos annibynnol

**A oes unrhyw fannau eraill y dylid eu hystyried yn eich barn chi?**

**Dylid/Na ddylid/Ddim yn siŵr**

**Esboniwch**

**Sut rydym yn bwriadu penderfynu pa gynhyrchion sy'n cynnwys lefelau uchel o fraster, halen a siwgr**

Yn yr un modd â Lloegr, rydym yn bwriadu defnyddio'r [Model Proffilio Maetholion \(NPM\)](#)<sup>25</sup> a ddatblygwyd gan yr Asiantaeth Safonau Bwyd yn 2004-2005 i benderfynu pa gynhyrchion y mae'r cyfyngiadau yn berthnasol iddynt. Datblygwyd NPM yn wreiddiol i ddarparu adnodd i Ofcom, y rheoleiddiwr darlledu, er mwyn gwahaniaethu rhwng bwydydd yng nghyd-destun hysbysebion teledu i blant.

Mae'r model NPM yn defnyddio system sgorio i benderfynu a yw bwyd neu ddiodydd yn cael ei ystyried yn 'llai iach'. Ar gyfer pob math o gynnyrch, rhoddir sgôr ar gyfer pedwar ffactor 'negyddol' (egni, cyfanswm siwgr, braster dirlawn a sodiwm) a thri ffactor 'buddiol' (ffrwythau, llysiau a chnau, ffibr a phrotein). Defnyddir fformiwla wedyn i benderfynu a ddylid categorio'r bwyd neu'r ddiodydd fel cynnyrch sy'n cynnwys lefelau uchel o halen, braster neu siwgr.



Mae Llywodraeth y DU wedi ymrwymo i ddefnyddio'r model NPM i benderfynu pa gynhyrchion na ddylid eu cynnwys mewn cynigion hyrwyddo am eu bod yn fwyd llai iach yn Lloegr, a byddai mabwysiadu'r un dull gweithredu yn sicrhau cysondeb i'r diwydiant bwyd, yn ogystal ag i gwsmeriaid. Nododd [adolygiad cyflym o'r dystiolaeth gan NHS Health Scotland](#) <sup>26</sup> yn ymwneud â dulliau o ddsbarthu bwyd a diodydd nad ydynt yn iach mai NPM y DU sydd â'r dystiolaeth ddilysu gryfaf o'r holl fodelau sydd ar gael.

Fodd bynnag, datblygwyd yr NPM bymtheg mlynedd yn ôl ac nid yw wedi'i ddiweddarau i adlewyrchu argymhellion diweddaraf y DU ar gyfer siwgr (sef hanner y swm blaenorol) neu ffibr (sydd wedi cynyddu i 30g). Felly, ni fyddai rhai cynhyrchion fel grawnfwydydd plant llawn siwgr yn cael eu hystyried yn fwy 'llai iach' o dan yr NPM er gwaethaf y ffaith eu bod yn cynnwys yr hyn sydd bellach yn cael eu hystyried yn lefelau uchel o siwgr. Cyhoeddwyd Model Proffilio Maetholion wedi'i addasu at ddibenion ymgynghori ar 24 Mawrth 2018. Nid yw'r model hwn wedi'i gyhoeddi eto ac nid yw ar gael i'w ddefnyddio. Pe bai'n cael ei gyhoeddi mewn da bryd, byddai Llywodraeth Cymru yn ystyried defnyddio NPM diwygiedig.

### **Sut rydym yn bwriadu penderfynu pa categorïau o fwyd a ddylai gael eu cynnwys yn y cyfyngiadau**

Rydym yn cynnig defnyddio'r un dull categoreiddio â Llywodraeth y DU, sef y cynhyrchion sy'n rhan o Raglen Lleihau Caloriâu, Rhaglen Lleihau Siwgr a Threth y Diwydiant Diodydd Meddal Iechyd Cyhoeddus Lloegr (y Swyddfa Gwella Iechyd a Gwahaniaethau erbyn hyn), wedi'i symleiddio i adlewyrchu'r cynhyrchion sy'n peri pryder penodol o safbwynt gordewdra yn ystod plentyndod.

Mae Llywodraeth Cymru yn cefnogi'r rhaglenni lleihau kaloriâu a siwgr sy'n defnyddio data'r DU, yn cyfeirio at gyngor deietegol y DU ac yn adlewyrchu asesiad gwyddonol a gwblhawyd gan Bwyllgor Cynghori Gwyddonol y DU. Mae Treth y Diwydiant Diodydd Meddal yn berthnasol i'r DU gyfan, ac mae Llywodraeth Cymru yn cefnogi'r dreth yn llawn. Bydd mabwysiadu'r dull hwn yn unol â Llywodraeth y DU yn sicrhau cysondeb cyffredinol (ar wahân i gynnwys cyfyngiadau ar gynigion prisiau dros dro yng Nghymru) ar gyfer busnesau manwerthu sy'n gweithredu ar draws y ffin rhwng Cymru a Lloegr.

Hoffem ystyried a ddylai hyn fod yn berthnasol i restr lai o gynhyrchion sy'n peri'r pryder mwyaf o safbwynt gordewdra yn ystod plentyndod, neu a ddylai'r rhaglen gynnwys pob categori. Byddai'r ddau opsiwn a gyflwynir isod yn rhoi terfyn ar ostyngiadau dros dro mewn prisiau, cynigion amleitem a chynigion cyfaint (cynigion 'gwerth') ar gyfer cynhyrchion sy'n cynnwys lefelau uchel o halen, braster neu siwgr sydd wedi'u cynnwys yn y Rhaglen Lleihau Siwgr, y Rhaglen Lleihau Caloriâu a Threth y Diwydiant Diodydd Meddal. Byddai'r NPM yn penderfynu a yw'r cynnyrch yn cynnwys lefelau uchel o halen, braster neu siwgr.

**Opsiwn A – Categoriâu sy'n peri'r pryder mwyaf o safbwynt gordewdra yn ystod plentyndod**

- Diodydd meddal
- Melysion siocled
- Melysion siwgr
- Cacennau
- Hufen ia
- Bwydydd boreol
- Pwdinau a phwdinau llaeth
- Bisgedi melys
- Grawnfwydydd brechwast
- logwrt
- Diodydd llaeth sy'n cynnwys siwgr ychwanegol
- Diodydd sudd sy'n cynnwys siwgr ychwanegol
- Pitsa
- Creision a byrbrydau sawrus
- Prydau parod a chanolbwynt prydau gan gynnwys cynhyrchion mewn briwsion bara a chytew
- Sglodion a chynhyrchion tatws

**Opsiwn B – Cynnyrch o bob math sy'n cael ei gynnwys yn y rhaglenni**

Yr holl gynhyrchion a restrir uchod ynghyd â'r canlynol;

- Bara garlleg
- Pasteiod a thartenni sawrus
- Bara gydag ychwanegiadau
- Bisgedi sawrus, craceri a thafelli cras
- Sawsiau a phastau coginio
- Sawsiau bwrdd a dresin
- Cynhyrchion cig wedi'u prosesu
- Pasta / reis/ nwdls gyda chynhwysion a blasau ychwanegol
- Dipiau wedi'u paratoi a saladau cyfansawdd sy'n cyd-fynd â phrydau bwyd
- Cynhyrchion/prydau wyau
- Sbred melys

**C3. Sut y dylem benderfynu pa gategoriâu o fwyd sydd angen eu cynnwys yng nghyfyngiadau cynnig 1 a 2?**

**Opsiwn A – Cynhyrchion sy'n cynnwys lefelau uchel o fraster, siwgr neu halen sy'n peri'r pryder mwyaf o safbwynt gordewdra yn ystod plentyndod**

**Opsiwn B – Pob cynnyrch sy'n cynnwys lefelau uchel o fraster, siwgr neu halen**

**[\*y ddau opsiwn i gyfyngu ar hyrwyddo cynhyrchion sy'n cynnwys lefelau uchel o fraster, siwgr neu halen sydd wedi'u cynnwys yn y Rhaglen Lleihau Siwgr, y Rhaglen Lleihau Caloriâu a Threth y Diwydiant Diodydd Meddal yn seiliedig ar y Model Proffilio Maethynnau)**

**Arall - rhowch fanylion**

**Esboniwch**

### **Annog Pobl i Brynu Cynhyrchion Iachach**

Ar yr un pryd â chael gwared â chymhellion i brynu bwydydd llai iach, rydym eisiau annog pobl i brynu cynhyrchion mwy iach. Rydym yn gwybod bod yna anghydbwysedd rhwng cynigion gwerth bwydydd iachach a bwydydd llai iach. Dangosodd tystiolaeth o'r [Alban<sup>27</sup>](#) yn 2018 fod 43% o'r holl fwyd sydd â lefelau uchel o fraster, halen a siwgr yn cael ei brynu ar gynigion hyrwyddo, o'i gymharu â 27% ar gyfer cynhyrchion iachach. Rhaid i ni unioni'r anghydbwysedd hwn a chynyddu nifer y cynhyrchion iach sy'n cael eu hyrwyddo.

Byddai opsiwn A a B yn golygu bod modd parhau i hyrwyddo cynhyrchion yn y categori a bennwyd ymlaen llaw ar yr amod eu bod yn bodloni'r sgôr NPM gofynnol. Bydd yr opsiwn hwn yn galluogi a, gobeithio, yn hyrwyddo ailfformiwleiddio cynhyrchion er mwyn gwella eu statws 'iach' a chaniatáu iddynt gael eu hyrwyddo.

### **Prynu ar-lein**

Mae Llywodraeth Cymru yn cynnig y dylai'r cyfyngiadau hyn fod yn berthnasol i siopa ar-lein hefyd mewn ymateb i'r duedd gynyddol i siopa ar-lein ac er mwyn sicrhau bod y cyfyngiadau yn berthnasol i fanwerthwyr sy'n gweithredu ar-lein yn bennaf neu'n gyfan gwbl. Hefyd, rydym yn bwriadu adlewyrchu'r cyfyngiadau lleoliad ar-lein (er enghraifft, y dudalen naid sy'n annog siopwyr i brynu cynhyrchion â lefelau uchel o fraster, halen a siwgr cyn y cam talu ar-lein).

**C4. A ddylai cyfyngiadau ar gyfer cynnig 1- cynigion gwerth a chynnig 2 - cynigion lleoliad gynnwys prynu ar-lein?**

**Dylent/Na ddylent/Ddim yn siŵr**

**Esboniwch**

## Eithriadau Arfaethedig ar gyfer Cynnig 1 a Chynnig 2

Wrth archwilio eithriadau rydym wedi ystyried y canlynol:

- Maint y busnes (nifer y cyflogeion); ac
- Y lle gwerthu sydd ar gael (cyfyngiadau lleoliad)
- Eithriadau cynnyrch bwyd a diod posibl

### Maint y busnes (Nifer y cyflogeion)

Rydym yn cynnig dilyn yr un dull a fabwysiadwyd gan Lywodraeth y DU a chyflwyno'r cyfyngiadau ar gynigion gwerth a chyfyngiadau lleoliad i fusnesau manwerthu sy'n cyflogi 50 neu fwy o weithwyr ac felly'n cael eu dosbarthu fel busnes canolig neu fawr gan [adran 172 o Ddeddf Trethiant \(Darpariaethau Rhyngwladol a Darpariaethau Eraill\) 2010<sup>28</sup>](#) ac [Argymhelliad 2003/361 yr UE<sup>29</sup>](#) sy'n gwerthu bwyd neu ddiod yng Nghymru.

Mae grŵp symbol yn fath o fasnachfaint lle mae siopau annibynnol yn masnachu o dan faner gyffredin. Bydd y cyfyngiadau yn berthnasol i fanwerthwyr annibynnol bach sy'n rhan o grwpiau symbol os yw'r grŵp symbol ar y cyd yn cyflogi mwy na 50 o bobl.

Rydym yn cynnig y dylai manwerthwyr sydd â llai na 50 o weithwyr gael eu heithrio o gynnig 1 - y cyfyngiadau ar gynigion gwerth a chynnig 2 - y cyfyngiadau ar gynigion lleoliad.

### Maint ffisegol siopau (lle gwerthu sydd ar gael)

Dangosodd [adroddiad<sup>30</sup>](#) gan y Gymdeithas Siopau Cyfleustra fod dros hanner yr holl siopau sy'n cael eu rhedeg yn annibynnol o dan 1000 troedfedd sgwâr. Rydym yn cydnabod y gallai'r cyfyngiadau arfaethedig sy'n seiliedig ar leoliad fod yn her i lawer o fanwerthwyr llai o ran maint. O ganlyniad, rydym yn cynnig dilyn yr un dull gweithredu â Lloegr er mwyn cyflwyno'r cyfyngiadau lleoliad ar gyfer cynhyrchion â lefelau uchel o fraster, siwgr a halen mewn siopau 185.8 metr sgwâr (2,000 troedfedd sgwâr). Hefyd, mae defnyddio'r trothwy maint 185.8 metr sgwâr (2,000 troedfedd sgwâr) yn golygu y bydd manwerthwyr sydd ar agor ar ddydd Sul ac sydd ychydig o dan 3,000 troedfedd sgwâr (yn unol â gofynion Deddf Masnachu ar y Sul) yn cael eu cynnwys yn y cyfyngiadau lleoliad.

Yn y pen draw, er bod y sector siopau cyfleustra llai wedi tyfu'n gyflym yn ystod y pandemig (o 1.7% i 2.1% o gyfanswm y bwyd sy'n cael ei werthu), mae'n parhau i fod yn gyfran fach iawn o'r farchnad fanwerthu gyffredinol o'i gymharu â'r prif fanwerthwyr. Felly, ni fydd eithrio siopau sydd ag arwynebedd llawr cyfyngedig iawn yn cael effaith sylweddol ar ganlyniad arfaethedig y cynnig hwn.

Waeth faint o weithwyr a gyflogir gan fanwerthwyr sydd ag arwynebedd llawr o lai na 2000 troedfedd sgwâr, a waeth a ydynt yn rhan o grŵp symbol mwy ai peidio, ni fydd yn ofynnol iddynt gydymffurfio â chynnig 2 - y cyfyngiadau lleoliad.

## **Manwerthu arbenigol**

Mae rhai manwerthwyr arbenigol ond yn gwerthu'r cynhyrchion sydd wedi'u cynnwys yn y cyfyngiadau, fel siopau siocled neu siopau losin â thema Americanaidd. Rydym yn cynnig y dylid eithrio'r manwerthwyr arbenigol hyn o gynneg 2 - y cyfyngiadau lleoliad

## **Eithriadau cynnyrch bwyd a diod**

Rydym yn cynnig eithrio bwydydd nad ydynt wedi'u pecynnu ymlaen llaw a gostyngiadau ym mhrisiau bwydydd sydd bron â chyrraedd eu dyddiad defnyddio olaf o'r cyfyngiadau cynnigion gwerth a chynnigion lleoliad.

### **C5. A ddylai'r eithriadau canlynol fod yn berthnasol i gyfyngiadau ar gynnigion gwerth (cynnig 1)?**

- microfusnesau a busnesau bach (oni bai eu bod yn rhan o grŵp symbol gyda 50+ o gyflogeion)
- gostyngiadau mewn pris ar gyfer eitemau sydd bron â chyrraedd eu dyddiad defnyddio olaf
- cynhyrchion nad ydynt wedi'u pecynnu ymlaen llaw
- arall

**Dylen/Na ddylent/Ddim yn siŵr**

**Esboniwch**

### **C6. A ddylai'r eithriadau canlynol fod yn berthnasol i gyfyngiadau cynnigion lleoliad (cynnig 2)?**

- microfusnesau a busnesau bach (oni bai eu bod yn rhan o grŵp symbol gyda 50+ o gyflogeion)
- siopau sy'n llai na 185.8 metr sgwâr (2,000 troedfedd sgwâr) (hyd yn oed os ydynt yn cyflogi mwy na 50 o gyflogeion neu'n rhan o grŵp symbol sy'n cyflogi mwy na 50 o gyflogeion)
- manwerthwyr arbenigol sy'n gwerthu un math o gategori cynnyrch bwyd, er enghraifft siopau siocled neu siopau melysion
- arall

**Dylent/Na ddylent/Ddim yn siŵr**

**Esboniwch**

## Thema 2: Bwyta'n lachach y Tu Allan i'r Cartref – Deall sut y mae'n cyfrannu at eich pwysau

Mae bwyta allan a phrynu bwyd tecawê yn fwy na phleser achlysurol erbyn hyn, ac mae'n rhan fwyfwy cyffredin o'n bywydau bob dydd. Mae hyn yn arbennig o wir am deuluoedd a, chyn COVID-19, roedd dros 40% ohonom yn bwyta allan neu'n prynu tecawê o leiaf unwaith yr wythnos<sup>31</sup>.

Mae gwaith ymchwil yn awgrymu bod y bwyd rydym ni'n ei fwyta y tu allan i'r cartref yn cyfrif am [20 i 25% o'r calorïau sy'n cael eu bwyta gan oedolion](#)<sup>32</sup>. Mae [nifer o astudiaethau](#)<sup>33</sup> yn dangos bod bwyta mwy o brydau mewn bwytai, neu fwy o brydau tecawê, yn cynyddu'r perygl o fod â phwysau corff mwy, mae'n debyg oherwydd bod y bwyd sy'n cael ei weini y tu allan i'r [cartref](#)<sup>34</sup> [yn fwy dwys mewn egni](#). Problem arall gyda bwyd a weinir mewn bwytai a bwyd tecawê yw'r ffaith bod cwsmeriaid yn tueddu i amcangyfrif yn rhy isel nifer y calorïau mewn dognau mawr ac mewn prydau sy'n cynnwys llawer o [galorïau](#).<sup>35</sup> Fel arfer, mae dognau bwyd neu ddioid sy'n cael eu bwyta y tu allan i'r cartref neu fel prydau tecawê yn cynnwys dwywaith yn fwy o galorïau na'r bwyd cyfatebol a brynir mewn siop. Mae'n debygol bod bwyta allan yn aml, gan gynnwys bwyta prydau tecawê, yn cyfrannu at fwyta gormod o galorïau.

Mae'r sector bwyta y tu allan i'r cartref yn un o'r rhai sydd wedi dioddef waethaf oherwydd effaith y pandemig COVID-19. Fodd bynnag, wrth i'r sector bwyta y tu allan i'r cartref ddechrau adfer, mae'n gyfle da i ystyried pa fesurau y gellir eu mabwysiadu ar lefel genedlaethol er mwyn i'r sector hwn ein helpu i gadw pwysau iach.

Mae'r rhan fwyaf o bobl sy'n bwyta y tu allan i'r cartref yng Nghymru<sup>36</sup> yn mynd i siopau bwyd brys a thafarndai a bariau, ac mae pob un o'r rhain yn cyfrif am tua un rhan o bump o'r farchnad. Mae nifer y siopau bwyd brys yng Nghymru wedi cynyddu 48% rhwng 2010 a 2018, sy'n fwy na chyfartaledd y DU (34%). Mae gan siopau coffi a bwytai tua 13% o'r farchnad. Mae'r pum cwmni sydd â'r gyfran fwyaf o'r farchnad yn gwmnïau ar lefel y DU neu'n gwmnïau byd-eang, ac mae ganddynt tua 17%<sup>37</sup> o'r farchnad. Fodd bynnag, ceir nifer sylweddol o siopau annibynnol, llai o ran maint, sy'n fwy tebygol o lawer o fod fwyaf blaenllaw yn y sector bwyta y tu allan i'r cartref mewn trefi llai a phentrefi.

Roedd dros dri chwarter yr 8,500 o unedau busnes arlwygo bwyd<sup>38</sup> yng Nghymru yn 2019 wedi'u dosbarthu'n 'microfusnesau' - felly roedd ganddynt lai na 10 o weithwyr. Mae llawer o siopau traddodiadol fel siopau bara, siopau groser a siopau cigydd wedi cau dros y blynyddoedd diwethaf, ac mae safleoedd y tu allan i'r dref ar gyfer manwerthwyr mwy o ran maint wedi tyfu, ac mae'r rhain wedi cael eu hystyried yn ffordd o gadw siopwyr a bywiogrwydd y tu hwnt i'r stryd fawr.

Mae yna lawer o gyfleoedd i wella iechyd a dwysedd calorïau'r bwyd a'r diodydd sy'n cael eu bwyta a'u hyfed y tu allan i'r cartref. Yn ystod y broses ymgynghori ar gyfer Pwysau Iach: Cymru Iach, mynegwyd cefnogaeth i'r syniad o gyflwyno labeli calorïau gorfodol. Hwn fydd y prif gynnig yn ystod y cam cyntaf o weithredu ar gyfer y sector bwyta y tu allan i'r cartref. Hefyd, os yw dull deddfwriaethol yn cael ei roi ar waith, rydym yn ystyried a ddylid ymestyn hyn i gynnwys rhai o'r mesurau ychwanegol y

gofynnwyd amdanynt yn yr ymatebion i'r ymgynghoriad, megis ail-lenwi diodydd am ddim a chyfyngu ar faint diodydd llawn siwgr.

Bydd ymatebion i'r ymgynghoriad hwn yn helpu i lywio ymgynghoriad technegol arall a fydd yn canolbwyntio ar gyflwyno'r cynigion a'u gorfodi.

### **Cynnig 3: Labelu calorïau gorfodol yn y man dewis yn y sector y tu allan i'r cartref**

Mae'n gallu bod yn anodd gwybod faint o galorïau sydd mewn rhai bwydydd a diodydd, a gwerthfawrogi arwyddocâd dognau mwy o faint, sy'n gallu arwain at orfwyta. Drwy gyflwyno trefn orfodol ar gyfer labelu calorïau yn glir ac yn gywir mewn unrhyw fan lle mae bwyd neu ddiod yn cael eu paratoi a'u gwerthu i'w bwyta yn syth, bydd pobl yng Nghymru yn gallu gwneud dewisiadau gwybodus drostynt eu hunain a'u teuluoedd. Wrth i unigolion fynd allan i fwyta neu brynu tecawê yn amlach, mae'n bwysicach bod pobl yn ymwybodol o gynnwys calorïau'r bwydydd y maent yn eu bwyta. Rydym am leihau cyfanswm y calorïau sy'n cael eu prynu a'u bwyta a chynorthwyo busnesau i ailfformiwleiddio eu cynigion i opsiynau iachach.

Rydym yn gwybod bod gwybodaeth am faeth yn gallu helpu pobl i wneud dewisiadau bwyd a diod, gan wneud iddynt deimlo'n fwy gwybodus. Er bod rhai cwsmeriaid yn edrych ar labeli, rydym yn gwybod hefyd na fyddant o reidrwydd yn bwyta llai o fwydydd nad ydynt yn iach. Mae llawer o ffactorau yn dylanwadu ar ymddygiad, gan gynnwys agwedd, normau cymdeithasol ac i ba raddau y mae unigolyn yn teimlo ei fod yn gallu newid. Fodd bynnag, mae [adolygiadau o dystiolaeth](#)<sup>39</sup> wedi dangos bod labeli calorïau wrth y man dewis wrth fwyta allan yn gallu helpu cwsmeriaid i leihau faint o galorïau y maent yn eu bwyta, yn enwedig o ddarparu'r wybodaeth ochr yn ochr â gwybodaeth gyd-destunol am faint o galorïau yr argymhellir eu bwyta bob dydd. Hefyd, mae tystiolaeth gynyddol yn dangos bod mesurau ledled y boblogaeth i wella'r amgylchedd bwyd yn fwy tebygol o fod yr un mor effeithiol neu'n fwy effeithiol ymysg grwpiau difreintiedig.

Byddai llawer o gwsmeriaid yn croesawu'r mesur hwn; dangosodd arolwg gan [Diabetes UK](#)<sup>40</sup> fod y cyhoedd yn gefnogol iawn i labelu calorïau ar fwydlenni. Hefyd, gallai arddangos calorïau yn y man dewis annog y sector i addasu ryseitiai a lleihau maint dognau er mwyn lleihau faint o galorïau sydd yn y bwydydd a'r diodydd a ddarperir. Mae'r broses hon wedi'i [hunanadrodd](#)<sup>41</sup> gan y rhai yn y sector sydd eisoes yn treialu'r mesur.

Mae llawer o gwmnïau mawr yn cyhoeddi gwybodaeth am galorïau a gwybodaeth arall am faeth ar-lein. Mae rhai caffis, bwytai a siopau tecawê wedi darparu gwybodaeth am galorïau yn y siop ers peth amser, ond nid yw gwybodaeth o'r fath yn cael ei defnyddio'n helaeth nac yn gyson. Mae rhai mentrau gwirfoddol wedi'u cynnal o'r blaen ar lefel y DU, ond ni wnaethant arwain at y lefel sylweddol o labelu calorïau sydd ei hangen yn ein hamgylchedd bwyd i gefnogi dewisiadau calorïau is.

**C7. A ddylid cytuno i gyflwyno labelu calorïau gorfodol ym mhob lleoliad y tu allan i'r cartref waeth beth yw maint y busnes?**

**Dylid/Na ddylid/Ddim yn siŵr**

**Esboniwch**

**Sut y dylid arddangos gwybodaeth am galorïau**

Rydym yn cynnig y dylid arddangos calorïau yn y man dewis (ffisegol ac ar-lein). Mewn rhai achosion, mae eitemau'n cael eu harddangos mewn sawl lleoliad, felly bydd angen ystyried a ddylid darparu gwybodaeth am galorïau ym mhob man dewis. Er mwyn sicrhau bod cwsmeriaid yn gallu defnyddio gwybodaeth am galorïau, rydym yn awgrymu bod angen darparu'r wybodaeth mewn lle amlwg yn y man lle maent yn dewis eu bwyd neu eu diod. Hefyd, rydym am sicrhau bod y ddeddfwriaeth yn bellgyrhaeddol. Er mwyn i'r ddeddfwriaeth gael yr effaith fwyaf, dylai fod yn berthnasol i gynifer o fannau gwerthu bwyd y tu allan i'r cartref ag sy'n ymarferol bosibl.

Rydym am sicrhau bod cynnwys egni yn cael ei arddangos fel calorïau (Kcal) yn unig (ac nid mewn cilojoules (KJ) hefyd fel y nodir yn rheolau labelu'r UE). Mae defnyddwyr y DU yn deall calorïau'n well.

Hoffem ganolbwyntio ar labelu calorïau a pheidio â chynnwys maetholion ychwanegol am sawl rheswm. Un rheswm yw ymarferoldeb. Byddai'n gwneud pethau'n cymhleth i fusnesau, a busnesau bach yn benodol. Hefyd, mae'n bosibl na fydd yn ymarferol arddangos y wybodaeth ar fwydlenni/byrddau arddangos a sicrhau ei bod yn ddarllenadwy heb effeithio'n sylweddol ar sut mae busnesau'n arddangos gwybodaeth ar hyn o bryd. Hefyd, rydym yn ymwybodol bod llai na hanner y bobl sy'n byw ar yr aelwydydd incwm isaf yn ei chael hi'n hawdd darllen labeli bwyd. Mae hyn yn awgrymu bod gwybodaeth sy'n syml ac yn hawdd ei deall yn llai tebygol o waethygu anghydraddoldebau presennol o safbwynt defnyddio labeli bwyd.

Nodwyd bod arddangos gwybodaeth am galorïau ochr yn ochr â chyfanswm y calorïau dyddiol a argymhellir yn ddull mwy effeithiol o annog cwsmeriaid i brynu llai o galorïau nag arddangos cyfansymiau calorïau yn unig. Felly, rydym yn cynnig y gellid arddangos cyfeiriad at y cyfanswm o galorïau dyddiol a argymhellir ochr yn ochr â labeli calorïau. Yn unol â labeli eraill yn y DU, byddai hyn yn cyfeirio at y calorïau dyddiol a argymhellir ar gyfer menyw sy'n oedolyn.

**C8. A ddylai labeli egni gael eu cyfyngu i galorïau (Kcals)?**

**Dylent/na ddylent/ddim yn siŵr**

**Esboniwch**



## **Bwydlenni plant**

Rydym yn ystyried a ddylem gyflwyno trefn orfodol ar gyfer labelu calorïau ar fwydlenni plant. Nid oes amheuaeth bod prydau sy'n cael eu bwyta gan blant y tu allan i'r cartref neu sy'n cael eu prynu yn barod i'w bwyta yn y cartref yn cyfrannu at gyfraddau gordewdra ymysg plant, yn anad dim oherwydd eu bod yn tueddu i gynnwys dognau mwy a chynnwys mwy o galorïau na phrydau rydym yn eu paratoi ar gyfer ein plant gartref. Mae bwydlenni plant yn tueddu i gynnig ychydig iawn o ddewisiadau iach neu brydau ochr iach (os o gwbl) ac maent yn tueddu i gael eu paratoi gan ddefnyddio arferion coginio nad ydynt yn rhai iach, fel ffrio.

Fodd bynnag, mae nifer o broblemau ynghlwm wrth arddangos calorïau ar fwydlenni plant. Yn gyntaf, mae bwydlenni sydd wedi'u cynllunio ar gyfer plant yn benodol yn tueddu i gwmpasu ystod oedran eang (2-12 oed fel arfer), ac mae anghenion egni a maethol y plentyn yn amrywio'n sylweddol yn ystod y cyfnod hwn. Felly, byddai'n anodd iawn i'r busnes adlewyrchu'r anghenion gwahanol hyn ar eu bwydlenni, ac yn wir i rieni ddeall y wybodaeth hon heb esboniad cysylltiedig.

**C9. A ddylai bwydlenni sy'n cael eu marchnata'n benodol ar gyfer plant gael eu heithrio o'r gofyniad i labelu calorïau?**

**Dylent/na ddylent/ddim yn siŵr**

**Os na ddylent, sut ydych chi'n meddwl y dylid cyflwyno'r wybodaeth hon?**

## **Effaith anhwylderau bwyta**

Er ein bod yn credu y byddai darparu gwybodaeth am galorïau yn helpu i ganolbwyntio ar gynorthwyo pobl i wneud dewisiadau bwyd iachach, rydym yn cydnabod y gallai achosi anawsterau i bobl sydd ag anhwylder bwyta. Hoffem glywed pa fesurau lliniaru y gellid eu rhoi ar waith, gan gynnwys caniatáu neu orfodi busnesau i ddarparu bwydlenni heb wybodaeth am galorïau ar gais.

**C10. A ddylid gorfodi busnesau i sicrhau bod bwydlenni heb labeli calorïau ar gael ar gais?**

**Dylid/ Na ddylid/ Ddim yn Siŵr**

**A oes mesurau lliniaru eraill y gallem eu rhoi ar waith ar gyfer pobl ag anhwylderau bwyta?**

**Esboniwch**

## Gwerthu ar-lein

Hefyd, rydym am i'r gofyniad hwn ymestyn i werthiannau ar-lein busnesau. Yn 2019, cafwyd cynnydd o 54%<sup>42</sup> yn nifer y prydau tecawê sy'n cael eu dosbarthu i gartrefi pobl. Cyfrifoldeb y busnes sy'n gwerthu'r bwyd yw darparu'r wybodaeth i'w harddangos ar y platfform ar-lein sy'n cael ei ddefnyddio gan y cwsmer i ddewis bwyd, a sicrhau bod yr wybodaeth yn cael ei harddangos yn briodol.

Os yw busnes yn gwerthu prydau tecawê drwy fusnes trydydd parti, megis platfform tecawê ar-lein, y busnes sy'n gwneud ac yn gwerthu'r bwyd neu'r ddiod sy'n gyfrifol am gyfrifo cynnwys calorïau'r bwyd neu'r ddiod, ac mae'r busnes a ddefnyddir gan y cwsmer i brynu'r bwyd neu'r ddiod yn gyfrifol am arddangos yr wybodaeth am galorïau yn y man dewis.

### **C11. A ddylai'r gofyniad i arddangos labeli calorïau gynnwys gwerthiannau ar-lein?**

**Dylai/Na ddylai/Ddim yn siŵr**

**Esboniwch**

## **Cynnig 4: Gosod cyfyngiadau ar ddiodydd meddal llawn siwgr**

Yn ogystal â labeli calorïau, mae llawer o gyfleoedd eraill i wella dwysedd calorïau a pha mor iach yw'r bwydydd a'r diodydd sy'n cael eu bwyta a'u hyfed y tu allan i'r cartref. Ni fydd dull gorfodol yn ofynnol neu'n ffafriol i roi'r holl fesurau hyn ar waith.

Rydym yn cynnig cyflwyno deddfwriaeth i wneud labelu calorïau yn orfodol, a hoffem ystyried a ddylid ymestyn y ddeddfwriaeth hon i gynnwys mesurau ychwanegol. Codwyd y cynigion isod yn ystod y broses ymgynghori ar gyfer Pwysau Iach: Cymru Iach.

Yn 2015, cyhoeddodd y Pwyllgor Cynghori Gwyddonol ar Faetheg (SACN) [adroddiad ar garbohydradau ac iechyd](#),<sup>43</sup> a oedd yn argymhell y dylid haneru faint o siwgr y mae pobl yn ei fwyta fel rhan o'u cyfanswm calorïau dyddiol o 10% i 5%, a lleihau faint o ddiodydd melys llawn siwgr sy'n cael eu hyfed. Nododd yr adroddiad fod yfed diodydd llawn siwgr yn arwain at gynnydd mewn pwysau nad yw'n iach ymysg plant a phobl ifanc, ac mae'n gysylltiedig â risg uwch o bydredd dannedd, gyda 28% o blant yn dioddef o bydredd dannedd erbyn iddynt droi'n bump oed. Ymysg oedolion, mae gormod o siwgr yn arwain at fwyta gormod o galorïau, cynnydd mewn pwysau a gordewdra.

Dangosodd ffigurau o'r [arolwg deiet a maeth cenedlaethol](#),<sup>44</sup> fel y cyfeiriwyd atynt yn adroddiad SACN, mai diodydd llawn siwgr sy'n cyfrannu yn fwy na dim (30%) at y siwgr sy'n cael ei fwyta gan blant 4 i 10 oed. O'i gymharu â'r argymhelliad newydd gan SACN, roedd plant a phobl ifanc yn bwyta ac yn yfed tua 3 gwaith yn fwy o siwgr na'r hyn a argymhellir, ac roedd llawer ohono yn dod o ddiodydd llawn siwgr. Bob tro mae rhywun yn yfed potel 500ml o cola arferol yn hytrach na cola deiet, mae'n yfed tua 200kcal yn fwy o siwgr, ac mae can o cola arferol 330ml yn cynnwys 35g o siwgr – sy'n mynd â phlant dros yr uchafswm a argymhellir ar gyfer y diwrnod yn syth.

Nododd [adroddiad gan Iechyd Cyhoeddus Lloegr yn 2019](#)<sup>45</sup> fod cynnwys siwgr cyfartalog diodydd sy'n destun y Dreth ar y Diwydiant Diodydd Meddal wedi gostwng bron i 30% rhwng 2015 a 2018. Er bod cynnydd o 10% yng ngwerthiant diodydd sy'n destun y dreth, roeddent yn cynnwys 22% yn llai o siwgr ac arweiniodd hyn at ostyngiad yng nghyfanswm y siwgr a brynwyd o ddiodydd sy'n destun y dreth fesul cartref, a gwelwyd hyn ym mhob grŵp economaidd-gymdeithasol. Hefyd, nodwyd bod mwy o ddiodydd nad ydynt yn destun y dreth wedi cael eu prynu. Roedd cynnwys calorïau diodydd sy'n destun y dreth ac yn debygol o gael eu hyfed ar un achlysur wedi gostwng 20.5%, a gwelwyd gostyngiad tebyg (22%) ar gyfer diodydd sy'n cael eu hyfed y tu allan i'r cartref.

Mae Llywodraeth Cymru yn cefnogi'r Dreth ar y Diwydiant Diodydd Meddwl fel enghraifft ragorol o'r effaith gadarnhaol y gall mesurau trethu ei chael.

## **Cyfyngu ar yr arfer o ail-lenwi diodydd meddal llawn siwgr am ddim**

Mae rhai bwytai a thafarnau cadwyn yn cynnig ail-lenwi diodydd meddal am ddim. Fel arfer, mae'r diodydd hyn yn cael eu priso i ymddangos fel opsiwn sy'n cynnig gwerth da am arian o'i gymharu â phrynu un eitem, megis potel o ddiodydd feddal, gan annog pobl i'w prynu. Hefyd, mae'n bosibl y bydd y cyfle i nôl eu diodydd eu hunain, ynghyd a'r dewis o fathau a blasau diodydd sydd ar gael, yn apelio at blant. Mae'n rhesymol rhagdybio y gall darpariaeth o'r fath gynyddu faint o ddiodydd meddal llawn siwgr sy'n cael eu hyfed, ac felly cynyddu nifer y calorïau sy'n cael eu hyfed, heb ddarparu llawer o faetholion ychwanegol, os o gwbl.

Fodd bynnag, rydym yn ymwybodol nad yw hyn yn digwydd ym mhob safle gwerthu bwyd a diod y tu allan i'r cartref sy'n darparu'r opsiwn hwn. Ceir arfer da mewn rhai busnesau lle mae gwasanaeth ail-lenwi am ddim ar gael ar gyfer diodydd heb siwgr yn unig.

Mae gwledydd eraill sydd wedi cyflwyno trethi ar ddiodydd meddal yn llwyddiannus wedi ystyried mesurau ychwanegol hefyd:

- Yn Ffrainc, ar ôl cyflwyno treth soda, mae'n anghyfreithlon gwerthu diodydd meddal diderfyn am bris sefydlog neu eu cynnig yn ddiderfyn am ddim. Ym mis Ionawr 2017, penderfynodd Llywodraeth Ffrainc wahardd diodydd meddal diderfyn mewn bwytai a manau eraill sy'n darparu ar gyfer y cyhoedd yn Ffrainc er mwyn ceisio lleihau gordewdra;
- Yn 2013, roedd Bwrdd Iechyd Dinas Efrog Newydd yn bwriadu gwahardd gwerthu diodydd melys dros 16 owns hylif (470ml) fesul dogn. Fodd bynnag, barnwyd ei fod wedi gweithredu'r tu hwnt i'w awdurdod rheoleiddio.

## Cyfyngu ar ddogneau mwy o faint ar gyfer diodydd meddal llawn siwgr

Mae'r Dreth ar y Diwydiant Diodydd Meddal wedi bod yn llwyddiannus iawn o ran tynnu siwgr allan o'r farchnad diodydd meddal drwy sicrhau bod cynhyrchwyr yn ailfformiwleiddio eu cynnyrch a thrwy gynyddu cyfran diodydd heb siwgr/diodydd â llai o siwgr o farchnad y DU. Fodd bynnag, prin fu'r [newid ym meintiau'r cynnyrch](#)<sup>46</sup> sydd ar gael i gwsmeriaid. Caniau 330ml a photeli 500ml yw'r dognau unigol o ddiodydd meddal sy'n cael eu gwerthu fwyaf yn y DU.

Mae pobl sy'n bwyta y tu allan i'r cartref yn fwy tebygol o yfed dognau mwy o ddiodydd, ac mae rhai cwpanau dogn sengl yn cynnwys dros 900ml. Mae'r [duedd](#) tuag at ddogneau mwy wedi digwydd ochr yn ochr<sup>47</sup> â chynnydd yn nifer yr achosion o ordewdra a phobl dros eu pwysau.

Mae dognau mwy yn gallu apelio hefyd oherwydd ei bod yn ymddangos eu bod yn cynnig gwell gwerth am arian – gyda dognau mwy yn darparu arbedion maint a mwy o gyfaint/caloriâu fesul punt.

### **C12. A ddylid cyfyngu ar yr arfer o ail-lenwi diodydd meddal llawn siwgr am ddim yn y sector y tu allan i'r cartref?**

Dylid/Na ddylid/Ddim yn siŵr

Esboniwch

### **C13. A ddylid cyfyngu ar ddogneau mwy o ddiodydd meddal llawn siwgr yn y sector y tu allan i'r cartref?**

Dylid/Na ddylid/Ddim yn siŵr

Esboniwch

### **Os dylid, ydych chi'n meddwl y dylai hyn gael ei gyfyngu i 1 peint (0.57 litr)?**

Arall

Esboniwch

## Eithriadau arfaethedig ar gyfer Cynnig 3 a Chynnig 4

Wrth archwilio eithriadau rydym wedi ystyried y canlynol:

- Math a maint y busnes (nifer y cyflogeion); ac
- Eithriadau cynnyrch bwyd a diod posibl

### Math a maint y busnes

Yn ogystal â bwytai, caffis, siopau coffi, siopau tecawê ac arlwywyr eraill, rydym yn cynnig y gallai'r polisi hwn gynnwys lleoliadau eraill sy'n gwerthu bwyd/diod hefyd, megis gweithleoedd, ysbytai (ac eithrio bwyd cleifion mewnol), carchardai, caffis archfarchnadoedd, caffis gorsafoedd trên a bws a lleoliadau adloniant e.e. sinemâu ac alïau bowlio.

Fodd bynnag, ni fyddai'r cynigion hyn yn cynnwys ysgolion, colegau neu leoliadau'r blynyddoedd cynnar a gofal plant gan fod y lleoliadau hyn eisoes â safonau rheoleiddio neu ganllawiau ar gyfer bwyd. Hefyd, byddem yn eithrio bwyd cleifion mewnol mewn ysbytai, cartrefi gofal a lleoliadau gofal oherwydd anghenion maethol gwahanol y cleifion a'r preswylwyr hyn.

Hefyd, rydym am eithrio gweithgareddau elusennau (waeth a ydynt yn darparu bwyd am ddim neu am bris sy'n llai na'r gost o ddarparu'r bwyd). Hefyd, rydym am eithrio bwyd sy'n cael ei werthu gan elusen neu ar ran elusen mewn digwyddiad unigol i godi arian at ei gweithgareddau elusennol.

### Busnesau Bach a Chanolig

Nid ydym yn cynnig eithrio busnesau bach neu ganolig o ystyried cyfran busnesau o'r fath o'r farchnad yng Nghymru. Gan gydnabod y baich a'r cymorth cyfyngedig sydd ar gael i fusnesau o'r fath, rydym am ystyried a chasglu safbwyntiau ar ba gyngor a chymorth ychwanegol y gellid eu darparu.

I grynhoi, rydym yn cynnig eithrio ysgolion, colegau, lleoliadau'r blynyddoedd cynnar a gofal plant, bwyd cleifion mewnol mewn ysbytai a chartrefi gofal o gynnig 3 - labelu calorïau gorfodol a chynnig 4 - cyfyngu ar ddiodydd meddal llawn siwgr. Nid ydym yn cynnig eithrio busnesau bach a chanolig.

**C14. A ddylai'r lleoliadau canlynol gael eu heithrio o'r gofynion ar gyfer labelu calorïau a chyfyngu ar ddiodydd meddal?**

- **ysgolion a cholegau**
- **lleoliadau'r blynyddoedd cynnar a gofal plant**
- **cleifion mewnol mewn ysbytai**
- **cartrefi a lleoliadau gofal**
- **elusennau sy'n gwerthu bwyd a diod**
- **arall**

**Dylent/Na ddylent/Ddim yn siŵr**

**Esboniwch**

**C15. A ddylai busnesau bach a chanolig sy'n darparu bwyd a diod y tu allan i'r cartref gael eu cynnwys yn y gofynion ar gyfer labelu calorïau a chyfyngu ar ddiodydd meddal?**

**Dylent/Na ddylent/Ddim yn siŵr**

**Esboniwch**

## **Eithriadau cynnyrch bwyd a diod**

Rydym yn cynnig y dylid eithrio bwydydd sydd wedi'u pecynnu ymlaen llaw oddi ar y safle megis melysion, creision neu ddiodydd meddal mewn potel os oes modd codi ac edrych ar y cynnyrch cyn ei brynu. Mae [deddfwriaeth bresennol](#)<sup>48</sup> eisoes yn nodi ei bod yn ofynnol i fwydydd sydd wedi'u pecynnu ymlaen llaw arddangos gwybodaeth am faeth (gan gynnwys calorïau fesul 100g/ml). Mae labelu calorïau ar ddiodydd alcoholig yn destun ymgynghoriad arall y disgwylir iddo gael ei lansio cyn bo hir.

Hefyd, rydym yn cynnig eithrio unrhyw bupur a halen a sawsiau sy'n cael eu hychwanegu gan y cwsmer ar ôl gorffen paratoi bwyd, yn ogystal â ffrwythau a llysiau rhydd. Rydym yn cydnabod y gallai labelu calorïau fod yn heriol i fusnesau sy'n newid eu dewisiadau bwydlen yn rheolaidd, neu sy'n darparu prydu arbennig am gyfnod byr. Felly, rydym yn cynnig eithrio eitemau ar y fwydlen sydd ar werth am 30 diwrnod neu lai (naill ai'n olynol neu mewn cyfnod o 12 mis).

**C16. A ddylai'r cynhyrchion canlynol gael eu heithrio o'r gofyniad i labelu calorïau?**

- eitemau ar y fwydlen sydd ar werthu am 30 diwrnod neu lai ac eitemau sydd wedi'u pecynnu ymlaen llaw oddi ar y safle (a oedd eisoes yn arddangos gwybodaeth am faeth)
- pupur a halen a ychwanegwyd gan y cwsmer
- ffrwythau neu llysiau rhydd
- arall

**Dylent/Na ddylent/Ddim yn siŵr**

**Esboniwch**

## Thema 3: Amgylcheddau Bwyd Lleol Iachach – Newid y Cydbwysedd

Ochr yn ochr â darparu labeli calorïau yn y man dewis, rydym am ystyried sut i helpu i ddatblygu amgylcheddau bwyd iach. Mae hyn yn cynnwys sut y gallwn gynorthwyo awdurdodau lleol a phartneriaid i ddefnyddio deddfau cynllunio a thrwyddedu presennol ac ystyried effaith Siopau Tecawê Bwyd Poeth. Rydym yn awyddus i ystyried sut y gallwn gynyddu mynediad at y bwydydd iach sydd ar gael, yn enwedig i blant yn ein cymunedau lleol.

Mae gan ein hamgylchedd bwyd lleol gyfraniad allweddol i'w wneud at hyrwyddo deiet iach, ac mae'n gallu cael dylanwad cryf ar ein hymddygiad prynu. Yn aml, y stryd fawr leol yw canolbwynt y gymuned, ac mae'n gwneud cyfraniad allweddol at yr economi leol a chenedlaethol. Roedd hyn yn fwy amlwg nag erioed yn ystod y pandemig pan oedd llawer ohonom yn dibynnu mwy nag arfer ar ein siopau lleol. Yn ogystal â dylanwadu ar ein harferion bwyta, mae ein hamgylcheddau bwyd lleol mewn sefyllfa dda i wneud cyfraniad pwysig at leihau gwastraff, mynd i'r afael â'r newid yn yr hinsawdd, cynyddu bioamrywiaeth, a chefnogi diffyg diogeledd bwyd ac ynysigrwydd cymdeithasol.

Fodd bynnag, yn anffodus, mae ein hamgylcheddau bwyd lleol yn gallu ein harwain at ddewis bwydydd nad ydynt yn iach yn aml. Er bod pobl yn dymuno bwyta'n fwy iach, mae'r swm a'r dewis o fwyd brys, cyfleus a fforddiadwy yn ormod o demtasiwn yn aml. Mae'r galw am gyfleustra a phrydau bwyd sy'n cael eu bwyta y tu allan i'r cartref a bwydydd tecawê yn gyfrifol am gyfran cynyddol sylweddol o'n deiet.

Mewn llawer o fwytai a siopau tecawê, mae'n anodd dewis bwyd maethlon yn aml os nad oes dewisiadau iach neu os ydynt yn gyfyngedig a drud. Mae'r effaith ar ein cymunedau mwyaf difreintiedig yn benodol yn sylweddol, gan fod pris ac argaeledd yn allweddol i ddewisiadau prynu. Rydym am weithio gyda phartneriaid a chymunedau lleol i sicrhau bod dewisiadau iachach ar gael ac yn fforddiadwy.

### Cynllunio Amgylcheddau Pwysau Iach

Mae momentwm cynyddol yng Nghymru sy'n cydnabod yr angen i sefydlu amgylcheddau iach er mwyn galluogi a hyrwyddo ymddygiad iach. Dylem greu lleoedd cynaliadwy sy'n ddeniadol, yn gymdeithasol, yn gadarnhaol, yn ddiogel, yn groesawgar, yn iach ac yn gyfeillgar. Dylai cynigion datblygu ddod â phobl at ei gilydd. Dylent wneud i ni fod eisiau byw, gweithio a chwarae mewn ardaloedd sydd ag ymdeimlad digamsyniol o le, cymuned a llesiant, gan greu ffyniant a chyfleoedd i bawb. Mae [Polisi Cynllunio Cymru](#)<sup>49</sup> yn nodi pwysigrwydd creu lleoedd.

“Ffordd holistig o fynd ati i gynllunio a dylunio datblygiadau a lleoedd yw “creu lleoedd”, sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau positif. Mae'n tynnu ar botensial ardal i greu datblygiadau a mannau cyhoeddus o ansawdd uchel sy'n hyrwyddo ffyniant, iechyd, hapusrwydd a llesiant pobl yn eu hystyr ehangaf.” *Polisi Cynllunio Cymru, Rhifyn 11*

Rydym wedi canolbwyntio'n sylweddol ar hybu iechyd a llesiant drwy gynllunio gofodol rhanbarthol a lleol. Mae'r rhain yn ceisio llunio'r ffactorau cymdeithasol,

economaidd, amgylcheddol a diwylliannol sy'n dylanwadu ar iechyd ac sy'n hybu neu'n effeithio ar lesiant yn unol â nod Cymru Iachach Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol. Mae Deddf Iechyd y Cyhoedd (Cymru) yn ceisio sicrhau bod penderfyniadau cyllido, cynllunio a pholisi cyrff cyhoeddus yn ystyried canlyniadau iechyd a llesiant cadarnhaol ar gyfer unigolion a chymunedau, gyda chymorth Asesiad o'r Effaith ar Iechyd.

Mae ['Planning Healthy Weight Environments'](#)<sup>50</sup> y Gymdeithas Cynllunio Gwlad a Thref (TCPA) yn amlygu chwe maes lle mae ymyriadau yn ein hamgylcheddau adeiledig yn cyfrannu at bwysau iach y boblogaeth. Maent yn cynnwys symud a mynediad, manau agored, bwyd, manau cymdogaeth, dylunio adeiladau a'r economi leol. Mae'n amlwg na fydd unrhyw gam gweithredu unigol yn cael effaith uniongyrchol ar lefelau gordewdra. Yn hytrach, mae'r broses hon yn ymwneud â dwyn ynghyd ystod o ddulliau gweithredu, a fydd yn dechrau newid agweddau ac ymddygiad os ydynt yn cael eu rhoi ar waith yn gyflym ac yn barhaus dros amser.

Yr her yw dwyn ynghyd yr holl sectorau gwahanol perthnasol sy'n angenrheidiol i greu amgylchedd bwyd iach. Yn y sector cyhoeddus, bydd angen gwaith amlddisgyblaethol sy'n cynnwys rheolwyr canol trefi a gweithwyr proffesiynol iechyd y cyhoedd, adfywio, trafndiaeth a chynllunio. Hefyd, bydd cyfraniad busnesau yn allweddol wrth lunio a buddsoddi mewn dewisiadau iach ledled ein trefi a'n dinasoedd.

## **Cynnig 5: Cefnogi Camau Gweithredu Lleol – yr adnoddau a'r cymorth sydd eu hangen i gefnogi newid**

Mae Cynllun Cyflawni 2022-2024 Pwysau Iach: Cymru Iach yn nodi amrywiaeth o ddulliau anneddfwriaethol sy'n ceisio gwella'r amgylchedd bwyd lleol a chydabod bod angen cydweithio a phartneriaethau ledled y diwydiant bwyd a diod, y sector cyhoeddus, y sector gwirfoddol a chyda chymunedau eu hunain er mwyn sicrhau newid ystyrion. Trwy ein strategaeth Pwysau Iach: Cymru Iach, rydym wedi cyflwyno amrywiaeth o gynigion a fydd yn helpu i gefnogi newid, gan gynnwys y canlynol:

- Mae manau cymunedol a chyhoeddus fel cysylltiadau trafndiaeth, atyniadau twristiaid, ysgolion, canolfannau hamdden, ysbytai neu weithleoedd yn cynnig ac yn hyrwyddo opsiynau iachach;
- Mae caffael a chontractio yn y sector cyhoeddus yn cefnogi'r broses o brynu a gwerthu opsiynau bwyd a diod iachach;
- Mae Cymru'n dod yn Genedl Ail-lenwi, gan sicrhau bod dŵr yfed am ddim ar gael yn gyffredin yn ein dinasoedd, ein trefi a'n cymunedau;
- Mae mwy o gyfleoedd i dyfu bwyd yn lleol ar gael i bobl leol, a fydd yn hybu iechyd corfforol ac iechyd meddwl cadarnhaol, yn lliniaru'r newid yn yr hinsawdd ac yn helpu i adfer byd natur.

Bydd y mesurau hyn yn helpu i sefydlu opsiynau ac arferion iachach ar lefel genedlaethol ac mewn cymunedau. Fodd bynnag, rydym am ystyried sut y gallwn



gefnogi'r broses o weithio mewn partneriaeth ar lefel leol fel bod cymunedau'n gallu datblygu atebion lleol. Mae hyn yn cynnwys meddwl yn ofalus am dlodi bwyd a diffyg diogeledd bwyd er mwyn archwilio sut y gallwn gynyddu mynediad at fwyd iach, argaeledd bwyd iach, a hyrwyddo bwyd iach.

### **Cefnogi awdurdodau lleol**

Ar lefel leol, mae gan awdurdodau lleol ac awdurdodau parciau cenedlaethol gyfle i ddylanwadu ar sut mae lleoedd yn gweithio ac yn gweithredu, sy'n gallu effeithio ar y dewisiadau y mae pobl yn eu gwneud yn eu bywydau bob dydd. Er enghraifft, mae Caerdydd wedi sefydlu [Strategaeth Fwyd](#)<sup>51</sup> er mwyn galluogi pawb yng Nghaerdydd i gael mynediad at fwyd fforddiadwy da a deall o ble mae eu bwyd yn dod. Mae hyn yn seiliedig ar ddull partneriaeth ac mae'n nodi pum maes gweithredu allweddol. Bwriad pob un ohonynt yw ysgogi camau gweithredu ym maes bwyd cynaliadwy a cheisio datblygu dinas fwyd mwy cynaliadwy. Mae hyn yn cynnwys: meithrin partneriaethau bwyd, mynd i'r afael ag anghydraddoldebau bwyd, cynhyrchu mwy o fwyd yn lleol, bwyta allan yn dda a bwyd fel sbardun ar gyfer ffyniant.

Er mwyn cefnogi'r system gynllunio, yn 2021 cyhoeddodd Iechyd Cyhoeddus Cymru y ddogfen [Cynllunio a Galluogi Amgylcheddau Iach](#).<sup>52</sup> Mae hyn yn darparu arweiniad i gynllunwyr er mwyn sicrhau bod ganddynt y wybodaeth a'r gallu i ymateb i effeithiau cymdeithasol ac amgylcheddol posibl. Rydym am hyrwyddo'r defnydd o'r canllawiau a'r templed fel proses sy'n seiliedig ar dystiolaeth a fydd yn helpu cynllunwyr lleol i wneud penderfyniadau cynllunio sy'n ymateb i anghenion y gymuned ac yn cefnogi yn hytrach na rhwystro iechyd a llesiant pobl.

Rydym am ystyried pa gymorth ychwanegol y bydd ei angen ar awdurdodau lleol ac awdurdodau parciau cenedlaethol i ddatblygu polisiau cydlynol ar gyfer eu holl swyddogaethau, er mwyn darparu amgylcheddau bwyd iach yn eu hardaloedd.

### **Cefnogi Busnesau**

Hefyd, rydym am ystyried y ffordd orau o gefnogi busnesau bwyd er mwyn sicrhau cymaint o ddewisiadau iach â phosibl ar eu bwydlenni. Gallai hyn gynnwys defnyddio gwybodaeth, hyfforddiant a chynngor yn ogystal â hyrwyddo dyfarniadau a chynlluniau, fel y cynllun Dyfarniad Arlwyio Iachach, cynllun sydd wedi'i gynllunio i gynorthwyo busnesau i'w gwneud yn haws i gwsmeriaid wneud dewisiadau iachach. Yn benodol, rydym am helpu busnesau i gynyddu'r dewisiadau bwydlenni iachach sydd ar gael a lleihau cynnwys calorïau bwyd trwy leihau maint dognau er enghraifft.

**C17. Pa gymorth a mesurau y gallem eu rhoi ar waith i helpu i wella nifer yr opsiynau iachach sydd ar gael mewn ardaloedd lleol?**

**Esboniwch**

## **Cynnig 6: Cyfyngu ar Siopau Tecawê Bwyd Poeth – ystyried terfynau niferoedd, pwerau trwyddedu presennol ac amgylcheddau o amgylch Ysgolion a Cholegau**

Mae llawer ohonom yn mwynhau prynu pryd bwyd mewn siop tecawê leol neu archebu gwasanaeth cludo bwyd i'n cartref. Fodd bynnag, mae bwyta allan a phrynu bwyd tecawê bellach yn ddigwyddiad dyddiol neu wythnosol i lawer ohonom. Nid yw pob math o fwyd brys ddim yn iach, ond yn aml mae'n cynnwys llawer o galoriau, braster dirlawn a halen, a dim llawer o ffibr, ffrwythau a llysiau.

Cymru sydd â'r [dwysedd uchaf o Siopau Tecawê Bwyd Poeth](#)<sup>53</sup> o'i gymharu â chyfartaledd y DU, sef 65 fesul 100,000 o bobl, o'i gymharu â 61 fesul 100,000 ar gyfartaledd ar gyfer y DU, gydag amrywiadau sylweddol o safbwynt dwysedd mewn rhai awdurdodau lleol. Mae gwaith ymchwil yn awgrymu bod yna gysylltiad rhwng gordewdra a niferoedd uchel o Siopau Tecawê Bwyd Poeth.

Mae gan gyfran uchel o awdurdodau cynllunio lleol ledled y DU bolisiau ar waith i fynd i'r afael â'r twf yn nifer y siopau tecawê bwyd poeth, a'u tuedd i glystyru. Mae rhai awdurdodau lleol yng Nghymru eisoes yn defnyddio'r pwerau cynllunio presennol, ac maent wedi rhoi prosesau ar waith i gyfyngu ar leoliad neu niferoedd siopau tecawê bwyd poeth. Mae [Cyngor Bwrdeistref Sirol Wreccsam](#)<sup>54</sup> wedi cyflwyno polisi sy'n gwahardd siopau tecawê bwyd poeth rhag agor o fewn 400 metr i safleoedd ysgolion fel mater o drefn. Mae 400 metr wedi'i ddewis yn barth gwahardd safonol oherwydd ei fod yn cyfateb i daith gerdded 5 i 10 munud.

Er ei bod yn gallu ymddangos bod yna berthynas amlwg rhwng siopau tecawê bwyd poeth a phwysau nad yw'n iach, nid yw'r cysylltiad yn gwbl glir. Ceir tystiolaeth gymharol gadarn o berthynas rhwng siopau tecawê bwyd poeth a chlefyd cardiofasgwlaidd, ond o safbwynt pwysau, mae'r dystiolaeth yn anghyson yn aml. Fodd bynnag, hwyrach fod hyn am nad yw'r maes ymchwil hwn wedi'i ddatblygu'n ddigonol ac y gallai cysylltiadau mwy eglur ddod i'r amlwg wrth i'r maes ymchwil esblygu. Ni ellir ystyried y mesur hwn ar ei ben ei hun ychwaith, gan y bydd angen i nifer o bolisiau a dulliau gweithredu eraill ddod at ei gilydd i alluogi newid.

### **Amgylcheddau Ysgolion a Cholegau**

Dangosodd [arolwg Cancer Research UK](#)<sup>55</sup> o dros 1,000 o oedolion yng Nghymru fod bron i ddwy ran o dair wedi mynegi barn yn cefnogi'r syniad o gyfyngu ar nifer y siopau tecawê bwyd poeth ger ysgolion.

Mae'r blynyddoedd ysgol yn adeg dyngedfennol ar gyfer iechyd a llesiant plant a phobl ifanc, ac mae arferion ac ymddygiad iach a llai iach yn gallu bwrw gwreiddiau yn ystod y cyfnod hwn. Fodd bynnag, mae'n amlwg bod bwydydd yn yr amgylchedd y tu allan i'r ysgol, megis ar y ffordd i'r ysgol, yn ystod amser cinio neu wrth ddod adref o'r ysgol, yn gallu hyrwyddo arferion deietegol gwael. Mewn rhai achosion, mae'r bwydydd hyn yn gallu dadwneud y gwaith cadarnhaol sy'n cael ei wneud mewn ysgolion, neu lesteirio ymdrechion rhieni i gefnogi arferion bwyta'n iach.

Nododd [arolwg ledled y DU](#)<sup>56</sup> gan Gymdeithas Frenhinol Iechyd y Cyhoedd yn 2016 fod gan bobl ifanc yn eu harddegau fynediad hawdd iawn at siopau tecawê bwyd

poeth. Roedd 42% o bobl ifanc yn eu harddegau yn gallu cerdded mewn dau funud o'u hysgol i rywle sy'n gwerthu bwyd nad yw'n iach, ac roedd 25% wedi archebu bwyd tecawê ar eu ffordd i'r ysgol. Cafwyd canfyddiadau cymysg mewn [adolygiad gan Lywodraeth yr Alban](#)<sup>57</sup> o effaith yr amgylchedd bwyd o amgylch ysgolion ar lefelau gordewdra ymhlith plant a phobl ifanc. Nodwyd bod mynediad at fannau sy'n gwerthu bwyd iach yn lleihau'r posibilrwydd o fod dros bwysau neu'n ordew. Hefyd, nodwyd bod y cydbwysedd rhwng siopau sy'n gwerthu bwydydd iach a bwydydd nad ydynt yn iach yn cael effaith ar ansawdd deietegol plant a phobl ifanc.

Mae lleihau hygyrchedd a dileu temtasiynau yn gallu helpu'r broses o symud tuag at amgylchedd bwyd mwy cynhwysol nad yw'n targedu nac yn hyrwyddo bwydydd nad ydynt yn iach i blant a phobl ifanc. Mae cerdded heibio siopau sy'n gwerthu bwydydd sy'n cynnwys lefelau uchel o galoriau, braster, siwgr a halen yn gallu arwain at demtasiwn sylweddol ac annog pŵer plagio.

Byddem yn awyddus i weld ystyriaeth o bolisiâu cyson ar draws swyddogaethau awdurdodau lleol. Rydym wedi cyfyngu ein pwyslais ar leoliad siopau tecawê bwyd poeth wrth ymyl ysgolion uwchradd a cholegau gan mai hwn yw'r oedran pan fydd plant a phobl ifanc yn tueddu i ddechrau arfer eu hannibyniaeth o safbwynt dewisiadau bwyd.

Mae plant a phobl ifanc sy'n bwyta prydau ysgol yn tueddu i fwyta deiet iachach na'r rhai sy'n bwyta pecynnau bwyd neu brydau tecawê. Mae llawer o fentrau wedi'u cyflwyno i wella safonau prydau ysgol, gan gynnwys safonau sy'n seiliedig ar faeth. Mae'r nifer sy'n cael prydau ysgol yn gostwng pan fydd plant yn symud o'r ysgol gynradd i'r ysgol uwchradd, ac mewn llawer o achosion, mae disgyblion ysgolion uwchradd yn gallu gadael safle'r ysgol yn ystod amser cinio. Hefyd, maent yn fwy tebygol na disgyblion ysgolion cynradd o gerdded yn ôl ac ymlaen i'r ysgol heb warcheidwad. Yn ogystal, mae disgyblion ysgolion uwchradd a myfyrwyr coleg yn debygol o fod â mwy o annibyniaeth a rheolaeth dros eu dewisiadau. Credir bod gosod y pwyslais ar ysgolion uwchradd yn hytrach na phob ysgol yn fwy cymesur a phragmatig.

### **Terfynau Niferoedd**

- Rydym am ystyried sut mae'r broses o reoli canol trefi, trwy bolisiâu cynllunio, polisiâu rhent a chyllid grant, yn gallu mynd i'r afael â'r nifer gormodol o siopau tecawê bwyd poeth sy'n gwerthu opsiynau nad ydynt yn iach yn unig. Bydd hyn yn helpu i fynd i'r afael â'r dwysedd uchel o sefydliadau presennol ac yn sicrhau bod iechyd y cyhoedd yn cael ei ystyried yn briodol drwy geisiadau cynllunio yn y dyfodol. Dylai'r dull hwn ystyried data sy'n gysylltiedig â chyfraddau gordewdra yn yr ardal ac ystyried y mathau o fwydydd y byddai siopau tecawê bwyd poeth yn ceisio eu gwerthu.

### **Trwyddedu**

Rydym yn cydnabod bod yna derfyn ar yr hyn y gallwn ei gyflawni trwy ddefnyddio'r broses gynllunio bresennol. Er enghraifft, yr unig wahaniaeth rhwng y bwyd sy'n cael ei werthu mewn siopau tecawê bwyd poeth ar hyn o bryd yw'r gwahaniaeth rhwng bwyd poeth ac oer. Am y rheswm hwn, ar ôl yr ymgynghoriad hwn, rydym am

ystyried hefyd a oes mesurau trwyddedu ehangach y gellid eu datblygu i helpu i reoleiddio sut mae siopau tecawê bwyd poeth presennol yn gweithredu i gyfyngu ar fynediad at fwyd nad yw'n iach. Gallent gynnwys:

- Polisiâu masnachu ar y stryd i gyfyngu ar fasnachu o faniau bwyd brys ger ysgolion neu golegau
- Polisiâu i sicrhau bod bwydlenni'n darparu opsiynau iachach
- Camau gorfodi yn ymwneud â materion eraill fel gwaredu saim, storio gwastraff, a sbwriel
- Rheolaethau a chydymffurfiaeth diogelwch bwyd
- Cyfyngiadau ar amseroedd agor
- Cyfyngu ar hysbysebion o amgylch ysgolion sydd wedi'u hanelu at blant a phobl ifanc

**C18. A ddylid adolygu cymorth cynllunio a thrwyddedu presennol, gan gynnwys canllawiau, i fynd i'r afael â dosbarthiad Siopau Tecawê Bwyd Poeth, yn enwedig os ydynt yn agos at ysgolion uwchradd a cholegau?**

**Dylid/Na ddylid/Ddim yn gwybod**

**Esboniwch**

## Gwybodaeth am ymatebwyr

**C19. Ydych chi'n ymateb fel unigolyn, neu ar ran sefydliad neu fusnes? (dewiswch un opsiwn yn unig)**

- Unigolyn
- Ar ran sefydliad
- Ar ran busnes
- Arall – nodwch

**C20. Os ydych yn ateb ar ran busnes, beth yw maint y busnes? (dewiswch un opsiwn yn unig)**

- Microfusnes (0-9 o weithwyr cyflogedig)
- Busnes bach (10 – 49 o weithwyr cyflogedig)
- Busnes canolig (50 – 249 o weithwyr cyflogedig)
- Busnes mawr (250 neu fwy o weithwyr cyflogedig)
- Ddim yn gwybod

## Mesurau posibl eraill ac effeithiau ehangach

### Mesurau posibl eraill

Yn ogystal â'r hyn rydym wedi'i gynnig yn yr ymgynghoriad hwn, rydym yn awyddus i ystyried mesurau eraill y gallem eu harchwilio er mwyn gwella rhagor ar yr amgylchedd bwyd yng Nghymru.

**C.21 Nodwch fanylion opsiynau eraill a allai, yn eich barn chi, helpu i hyrwyddo newid cadarnhaol yn yr amgylchedd bwyd, a chynorthwyo pobl yng Nghymru i wneud dewisiadau iachach.**

**Hoffech chi godi unrhyw faterion eraill?**

### Cwestiynau Cydraddoldeb

Er mwyn i ni asesu sut y gallai'r cynigion hyn effeithio ar rannau penodol o'r boblogaeth, rydym am i chi ystyried y cwestiynau canlynol a rhoi'ch safbwyntiau arnynt.

**C22. Ydych chi o'r farn y gallai'r cynigion yn y ddogfen ymgynghori hon gael effaith ar y canlynol?**

- Pobl sy'n byw mewn ardaloedd gwledig
- Grwpiau economaidd-gymdeithasol penodol
- Plant a phobl ifanc
- Cydraddoldeb yn ymwneud â'r canlynol:
  - Oedran
  - Rhyw
  - Hil
  - Crefydd
  - Cyfeiriadedd rhywiol
  - Beichiogrwydd a mamolaeth
  - Anabledd
  - Ailbennu rhywedd
  - Priodas/partneriaeth sifil

**C23. Hoffem glywed eich barn am yr effaith y byddai'r ymgynghoriad yn ei chael ar yr iaith Gymraeg, yn benodol ar gyfleoedd i bobl ddefnyddio'r iaith Gymraeg ac ar beidio â thrin yr iaith Gymraeg yn llai ffafriol na'r Saesneg.**

**Beth fyddai'r effeithiau posibl yn eich barn chi? Sut gellid cynyddu'r effeithiau cadarnhaol, neu leihau'r effeithiau negyddol?**

**C24. A oes unrhyw grwpiau eraill mewn cymdeithas na chyfeiriwyd atynt eisoes y byddai unrhyw un o'r cynigion yn cael effaith arnynt yn eich barn chi?**

## **Cymorth i Fusnesau a'r Effaith ar Fusnesau**

### **Cymorth i Fusnesau**

Rydym eisïau ystyried sut y gallwn gynorthwyo busnesau i newid eu dulliau gweithio er mwyn cydymffurfio â'r gofynion arfaethedig a chynnig a hyrwyddo dewisiadau iachach.

Er enghraifft, rydym yn deall y bydd y baich o gyflwyno labeli calorïau yn fwy ar gyfer busnesau bach heb gymorth masnachfrait. Am y rheswm hwn, rydym yn awyddus i ystyried sut gallwn gynorthwyo pob busnes i baratoi ac addasu ar gyfer y newidiadau. Hoffem glywed eich barn am y mathau o wybodaeth, hyfforddiant, cyngor a mentrau (megis cynlluniau dyfarnu) y gellid eu cyflwyno i helpu'ch busnes nid yn unig i gydymffurfio ond hefyd i wneud y bwyd rydych chi'n ei gynnig yn fwy iach, gan wneud arbedion effeithlonrwydd lle bo hynny'n bosibl.

Er enghraifft, gallem gyflwyno cynllun tebyg i gynllun '[Calorie Wise](#)'<sup>58</sup> yr Asiantaeth Safonau Bwyd yng Ngogledd Iwerddon. Mae'r cynllun hwn yn darparu adnodd di-dâl ar gyfer busnesau - MenuCal – sy'n eu galluogi i gyfrifo gwerthoedd egni ac yn cynorthwyo gyda theilwra bwyd a diod a gynigir trwy newid maint dognau neu ddefnyddio cynhwysion gwahanol i ddarparu dewisiadau iachach a mwy proffidiol am y bwyd a weinir.

**C25. Pa gymorth y gellid ei ddarparu i helpu'ch busnes i baratoi ar gyfer y cynigion canlynol:**

- cyfyngiadau ar hyrwyddo cynnyrch (Thema 1 - cynigion 1 a 2)
- gofyniad gorfodol i arddangos calorïau (Thema 2 - cynnig 3)
- cyflwyno cyfyngiadau ar weini diodydd meddal llawn siwgr (Thema 2-cynnig 4)
- cyfyngiadau ar siopau tecawê bwyd poeth ger ysgolion a cholegau (Thema 3 - cynnig 6)

**Esboniwch**

### **Effaith ar fusnesau**

Rydym wedi llunio nifer o Aseidiadau Effaith er mwyn asesu effaith bosibl y polisïau arfaethedig. Mae'r Aseidiadau Effaith yn cynnwys modelu ystod o ddewisiadau yn erbyn pob cynnig. Trwy'r gwaith modelu hwn rydym wedi pennu'r dewisiadau gorau i ganolbwyntio arnynt a gofyn am farn rhanddeiliaid arnynt. O ganlyniad, nid ydym yn ymgynghori ar bob un o'r dewisiadau a fodelwyd yn yr Aseidiadau Effaith. Bydd y

cwestiynau canlynol yn ein helpu i gasglu rhagor o dystiolaeth a dysgu mwy am y materion a godwyd yn yr asesiadau effaith.

**C26. Rydym wedi cyfrifo costau pontio dangosol yn y ddau asesiad effaith. A yw'r cyfrifiadau hyn yn adlewyrchu asesiad teg o'r costau y byddai'ch sefydliad/busnes yn eu hwynebu?**

Ydynt/Nac ydynt

Os nad ydynt, nodwch unrhyw dystiolaeth arall y gellid ei defnyddio i wella ein hamcangyfrifon. Os ydych yn cyfeirio at gyfrifiad penodol yn un o'r Asesiadau Effaith, nodwch y cyfrifiad/cyfrifiadau perthnasol.

**C27. A oes gennych unrhyw dystiolaeth neu ddata arall rydych am eu cyflwyno er mwyn i ni eu hystyried ar gyfer ein hasesiad effaith terfynol, neu unrhyw sylwadau penodol am y fethodoleg neu'r rhagdybiaethau a wnaed?**

Oes/Nac oes.

Os oes, nodwch unrhyw dystiolaeth arall y gellid ei defnyddio i wella ein hamcangyfrifon. Os ydych yn cyfeirio at gwestiwn neu gyfrifiad penodol yn yr Asesiadau Effaith, nodwch y cwestiwn/cwestiynau neu'r cyfrifiad/cyfrifiadau penodol.



# Geirfa

## Yr Arolwg Deiet a Maetheg Cenedlaethol

Mae rhaglen dreigl yr Arolwg Deiet a Maetheg Cenedlaethol yn arolwg trawstoriadol, parhaus. Mae wedi'i gynllunio i gasglu gwybodaeth feintiol, fanwl am y bwyd a'r maethynnau sy'n cael eu bwyta gan y boblogaeth gyffredinol 1.5 oed a throsodd sy'n byw mewn aelwydydd preifat yn y DU, ynghyd â'u statws maethol. Mae'r arolwg yn cynnwys sampl gynrychioladol o tua 1000 o bobl bob blwyddyn. Dechreuodd y gwaith maes yn 2008 ac mae bellach yn cael ei gynnal am yr unfed flwyddyn ar ddeg.

## Cynllun Cymru Sero Net

Mae Cynllun Cymru Sero Net yn gynllun gweithredu pum mlynedd sy'n llywio cam nesaf llwybr Cymru tuag at fod yn sero net erbyn 2050.

Mae'r cynllun yn ymateb i'r cyngor diweddaraf gan y Pwyllgor ar y Newid yn yr Hinsawdd, cynghorydd annibynnol y DU ar fynd i'r afael â'r newid yn yr hinsawdd, sydd wedi gosod llwybr credadwy a fforddiadwy ar gyfer cyflawni allyriadau nwyon tŷ gwydr sero net erbyn 2050 yng Nghymru. Hefyd, mae'n canolbwyntio ar greu Cymru gryfach, wyrddach a thecach.

## Canllaw Bwyta'n Dda

Mae'r Canllaw Bwyta'n Dda yn adnodd polisi sy'n cael ei ddefnyddio i ddiffinio argymhellion y llywodraeth ar fwyta'n iach a sicrhau deiet cytbwys.

## Pwyllgor Cynghori Gwyddonol y DU

Mae Pwyllgor Cynghori Gwyddonol (SACN) y DU yn cynghori ar faeth a materion iechyd cysylltiedig. Mae'n rhoi cyngor i'r Swyddfa Gwella Iechyd a Gwahaniaethau (OHID) a sefydliadau eraill llywodraeth y DU.

## Model Proffilio Maethynnau

Datblygwyd y Model Proffilio Maethynnau gan yr Asiantaeth Safonau Bwyd yn 2004-2005 i ddarparu adnodd i Ofcom, y rheoleiddiwr darlledu, i allu gwahaniaethu rhwng bwydydd ar sail eu cynnwys maethol, yng nghyd-destun hysbysebion bwyd i blant ar y teledu. Mae'r model hwn yn trin bwydydd a diodydd ar sail dognau 100g ac yn defnyddio system sgorio sy'n seiliedig ar bedwar ffactor 'negyddol' (egni, cyfanswm siwgr, braster dirlawn a sodiwm) yn erbyn tri ffactor 'buddiol' (ffrwythau, llysiau a chnau, ffibr a phrotein). Cyfrifir sgoriau sy'n gysylltiedig â phob un o'r rhain, ac mae cyfanswm sgôr y ffactorau 'buddiol' yn cael ei dynnu o gyfanswm sgôr y ffactorau 'negyddol'. Disgrifir bwyd neu ddiod â sgôr sy'n uwch na throthwy penodol fel 'llai iach'. Y trothwyon yw pedwar ar gyfer bwyd a dau ar gyfer diod.

Mae Llywodraeth y DU wedi cynnig defnyddio'r dull hwn i gyfyngu ar hyrwyddo bwyd llai iach yn Lloegr, a byddai mabwysiadu'r un dull yn darparu cysondeb ar gyfer y diwydiant bwyd a chwsmeriaid. Nododd [adolygiad cyflym o dystiolaeth](#)<sup>59</sup> gan NHS Health Scotland yn ymwneud â dulliau o ddsbarthu bwyd a diod lai iach fod gan Fodel Proffilio Maethynnau'r DU y dystiolaeth ddilysu fwyaf cadarn o blith yr holl fodolau sydd ar gael.

Fodd bynnag, fe'i datblygwyd bymtheg mlynedd yn ôl ac nid yw wedi'i ddiweddarau i adlewyrchu argymhellion diweddaraf y DU ar gyfer siwgr (sef hanner y swm blaenorol) neu ffibr (sydd wedi cynyddu i 30g). Felly, ni fyddai rhai cynhyrchion fel grawnfwydydd plant llawn siwgr yn arwain at sgôr NPM 'llai iach' er gwaethaf y ffaith eu bod yn cynnwys yr hyn sy'n cael ei ystyried bellach yn lefelau uchel o siwgr.

Gofynnodd Llywodraeth y DU i Iechyd Cyhoeddus Lloegr adolygu'r model yn 2016, a chyhoeddwyd Model Proffilio Maethynnau diwygiedig at ddibenion ymgynghori ar 24 Mawrth 2018. Nid yw'r model wedi'i gymeradwyo gan Lywodraeth y DU eto, ac nid yw ar gael i'w ddefnyddio.

O dan y dewis hwn, ni fyddai modd cynnwys unrhyw gynnyrch â sgôr sy'n bodloni gofynion y Model fel rhan o gynigion hyrwyddo penodedig.

### **Labelu maeth ar flaen pecynnau**

Datblygwyd y cynllun labelu maeth ar flaen pecynnau ar gyfer bwydydd a diodydd wedi'u pecynnu ymlaen llaw a werthir trwy siopau manwerthu. Mae'n pennu band coch/uchel, oren/canolig neu wyrdd/isel ar gyfer braster, braster dirlawn, siwgr a halen. Ceir meini prawf ar wahân ar gyfer bwyd a diod. Fe'u pennir yn bennaf fesul 100g/ml, ond ceir meini prawf 'fesul dogn' ar gyfer coch, sy'n cael eu defnyddio ar gyfer cynhyrchion bwyd sy'n cael eu gwerthu fel maint dogn mwy na 100g a diodydd sy'n fwy na 150ml. Mae'r meini prawf ychwanegol hyn yn sicrhau bod cynhyrchion sy'n gyfrifol am fwy na 30% (ar gyfer bwyd) a 15% (ar gyfer diodydd) o'r uchafswm cymeriant dyddiol a argymhellir ar gyfer oedolyn o faetholyn penodol yn cael eu labelu fel coch/uchel ar gyfer y maetholyn dan sylw, waeth beth yw ei gynnwys fesul 100g/ml.

Mae'r trothwy isel yn seiliedig ar yr honiad o lefelau maeth "isel" ar gyfer braster, braster dirlawn, siwgr a halen yn ôl deddfwriaeth Rheoliad Honiadau Maeth ac Iechyd yr UE (EC) 1924/2006. Mae'r band uchel wedi'i bennu'n 25% o'r RI ar gyfer y maetholyn dan sylw yn unol â Rheoliad yr UE Rhif 1169/2011 yn ymwneud â darparu gwybodaeth am fwyd i gwsmeriaid (EU FIC) (ar gyfer bwyd, 12.5% o'r RI ar gyfer diodydd).

O dan y dewis hwn, ni fyddai modd cynnwys unrhyw gynnyrch a fyddai'n gymwys i gael un golau coch neu fwy o dan y cynllun labelu maeth ar flaen pecynnau yn y cynigion hyrwyddo penodedig.

### **Treth ar y Diwydiant Diodydd Meddal**

Yn 2016, cyhoeddodd Llywodraeth y DU ei bod am gyflwyno Treth ar y Diwydiant Diodydd Meddal i helpu i leihau faint o siwgr y mae plant yn ei fwyta trwy annog gweithgynhyrchwyr i ailfformiwleiddio eu diodydd. Daeth y dreth i rym ar 6 Ebrill 2018.

Mae'r Dreth ar y Diwydiant Diodydd Meddal yn berthnasol i ddiod sy'n bodloni'r holl amodau canlynol:

- Mae siwgr, neu unrhyw beth (ac eithrio sudd ffrwythau, sudd llyisiau a llaeth) sy'n cynnwys siwgr, fel mêl, yn cael ei ychwanegu wrth gynhyrchu'r ddiod,

- Mae'n cynnwys o leiaf 5 gram (g) o siwgr fesul 100 mililitr (ml) yn ei ffurf barod i'w hyfed neu wanedig
- Mae naill ai'n barod i'w hyfed, neu er mwyn ei hyfed mae'n rhaid ei gwanhau â dŵr, ei chymysgu ag iâ wedi'i falu'n fân neu ei phrosesu i wneud iâ wedi'i falu'n fân, ei chymysgu â charbon deuocsid, neu gyfuniad o'r rhain
- Mae wedi cael ei rhoi mewn potel, can neu becyn arall fel ei bod yn barod i'w hyfed neu ei gwanhau
- Mae'n cynnwys 1.2% o alcohol fesul cyfaint (ABV) neu lai.

Mae rhestr fanwl o'r hyn sy'n cael ei ddsbarthu'n siwgr at ddibenion y dreth i'w gweld yn y canllawiau a gyhoeddwyd gan [Cyllid a Thollau Ei Mawrhydi](#)<sup>60</sup>.

Nid yw'r dreth yn berthnasol i'r diodydd canlynol:

- Diod sy'n cynnwys o leiaf 75% o laeth
- Diod llaeth amgen, megis llaeth soia neu almon
- Diod sy'n disodli alcohol, megis cwrw neu win di-alcohol
- Diod sydd wedi'i gwneud â sudd ffrwythau neu sudd llysiau ac nad yw'n cynnwys unrhyw siwgr ychwanegol arall
- Blas diod ar ffurf hylif sy'n cael ei ychwanegu at fwyd neu ddiod fel coffi neu goctels
- Fformiwla babanod, fformiwla ddilynol neu fwyd babanod
- Bwyd wedi'i fformiwleiddio sydd â'r bwriad o ddisodli deiet yn llwyr, neu fwyd deietegol a ddefnyddir at ddibenion meddygol arbennig.

Eto, mae esboniad manylach o'r cynhyrchion sydd wedi'u heithrio o'r dreth ar gael yn y canllawiau a gyhoeddwyd gan Cyllid a Thollau Ei Mawrhydi.

## Rhaglen Lleihau Calorïau

Ar gyfartaledd, mae plant ac oedolion yn bwyta gormod o galorïau yn rheolaidd. Un o ymrwymadau llywodraeth y DU yn *Childhood obesity: a plan for action* oedd i lechyd Cyhoeddus Lloegr arwain rhaglen strwythuredig sy'n cael ei monitro'n fanwl i wella bwyd a diod bob dydd. Fel rhan o'r gwaith hwn, datblygodd lechyd Cyhoeddus Lloegr y Rhaglen Lleihau Calorïau er mwyn annog cynhyrchwyr i adolygu ac ailfformiwleiddio eu cynhyrchion i leihau nifer y calorïau sydd ynddynt.

Bydd y rhestr o gategoriâu cynnyrch sydd i'w cynnwys yn y rhaglen lleihau calorïau yn cael ei chadarnhau ar ôl ymgysylltu â rhanddeiliaid. Fodd bynnag, mae lechyd Cyhoeddus Lloegr wedi nodi y bydd y categorïau canlynol o gynhyrchion yn cael eu cynnwys yn y rhaglen:

- Bara gydag ychwanegiadau (e.e. olifau, caws etc)
- Creision a byrbrydau sawrus
- Bisgedi sawrus, craceri a thafelli cras
- Cynhyrchion tatws (e.e. sglodion, croquettes, tatws stwnsh etc)
- Selsig (amrwd ac wedi'u coginio) a chynhyrchion cig selsig, frankfurters, cŵn poeth a byrgys
- Pasteiod crwst cig, pysgod a llysieuol a chynhyrchion crwst eraill

- Sawsiau a phastau coginio
- Sawsiau bwrdd a dresin
- Pasta/ reis/ nwdls gyda chynhwysion a blasau ychwanegol
- Prydau parod gyda dogn o garbohydrad (tatws, reis, nwdls, pasta etc) – pysgod, cig a dewisiadau amgen i gig
- Canolbwynt prydau heb dogn o garbohydrad (tatws, reis, nwdls, pasta ac ati) – pysgod, cig a dewisiadau amgen i gig
- Sawsiau wedi'u paratoi a saladau cymysg sy'n cyd-fynd â phryd bwyd (e.e. coleslaw, salad tatws, guacamole, salsa etc)
- Pitsa
- Cynhyrchion/prydau wy (e.e. quiche)
- Bwyd wrth fynd e.e. brechdanau, saladau pryd cyfan mewn bocs etc.

Mae'r cynhyrchion hyn wedi'u cynnwys oherwydd eu bod yn gwneud cyfraniad sylweddol at faint o galoriau y mae plant yn eu bwyta, a bod modd eu hailfformiwleiddio'n sylweddol a/neu leihau maint dognau. Mae rhestr fanylach o gynhyrchion a'r targedau ailfformiwleiddio ar gael yn y canllawiau a gyhoeddwyd gan Iechyd Cyhoeddus Lloegr<sup>61</sup>.

### Rhaglen Lleihau Siwgr

Roedd *Childhood obesity: a plan for action* yn cynnwys ymrwymiad arall i lansio rhaglen lleihau siwgr â strwythur eang er mwyn tynnu siwgr o gynhyrchion bob dydd. Mae pob rhan o'r boblogaeth, a phlant yn benodol, yn bwyta llawer gormod o siwgr. Mae hyn yn cynyddu'r perygl o fwyta gormod o galoriau a magu pwysau, sy'n gallu arwain at ordewdra dros amser.

Mae'r rhaglen lleihau siwgr yn herio cynhyrchwyr i adolygu ac ailfformiwleiddio eu cynhyrchion er mwyn lleihau faint o siwgr sydd ynddynt. Mae rhestr o gategoriâu cynnyrch sydd wedi'u cynnwys yn y rhaglen i'w gweld isod:

- Grawnfwydydd brecwast
- logwrt a fromage frais
- Bisgedi
- Cacennau
- Bwydydd boreol
- Pwdinau
- Hufen iâ
- Losin melys
- Melysion siocled
- Sbred melys
- Diodydd seiliedig ar laeth a sudd ffrwythau

Mae'r cynhyrchion hyn wedi'u cynnwys oherwydd eu bod yn gwneud cyfraniad sylweddol at y siwgr sy'n cael ei fwyta gan blant. Eto, mae rhestr fanylach o'r cynhyrchion sydd wedi'u cynnwys yn y cynllun a'r targedau ailfformiwleiddio ar gael yn y canllawiau a gyhoeddwyd gan Iechyd Cyhoeddus Lloegr<sup>62</sup>.

# Cyfeiriadau

---

- <sup>1</sup> Llywodraeth Cymru. (2019). Pwysau Iach: Cymru Iach
- <sup>2</sup> Llywodraeth Cymru. (2019). Arolwg Deiet a Maeth Cenedlaethol: canlyniadau Blynyddoedd 1 i 9 o'r Rhaglen Dreigl i Gymru (2012/2013 – 2016/2017) a dadansoddiad o dueddiadau dros amser ac incwm (Blynyddoedd 1 i 9; 2008/09 – 2016/17)
- <sup>3</sup> Obesity Reviews. (2020). Individuals with obesity and COVID-19: A global perspective on the epidemiology and biological relationships.
- <sup>4</sup> Llywodraeth Cymru. (2021) Gweithio gyda'n gilydd i gyrraedd sero net.
- <sup>5</sup> Llywodraeth Cymru. (2019). Arolwg Deiet a Maeth Cenedlaethol: canlyniadau Blynyddoedd 5 i 9 o'r Rhaglen Dreigl i Gymru (2012/2013 – 2016/2017) a dadansoddiad o dueddiadau dros amser ac incwm (Blynyddoedd 1 i 9; 2008/09 – 2016/17)
- <sup>6</sup> Y Swyddfa Ystadegau Gwladol. (2016). A Government Statistical Service perspective on official estimates of calorie consumption.
- <sup>7</sup> Iechyd Cyhoeddus Lloegr. (2018). Calorie reduction: the scope and ambition for action
- <sup>8</sup> Obesity A Research Journal. (2013). Effects of sales promotions, weight status, and impulsivity on purchases in a supermarket
- <sup>9</sup> Iechyd Cyhoeddus Lloegr. (2019). Salt targets 2017: progress report summary
- <sup>10</sup> Yr Adran Iechyd a Gofal Cymdeithasol, Yr Adran Iechyd (Gogledd Iwerddon), Llywodraeth yr Alban a Llywodraeth Cymru. (2020). Front-of-pack nutrition labelling in the UK: building on success
- <sup>11</sup> Iechyd Cyhoeddus Lloegr. (2015). Sugar reduction: from evidence into action
- <sup>12</sup> Kantar Worldpanel Take Home Purchasing | 52we data to 29 Dec 19
- <sup>13</sup> Symson. Key-value item pricing model.
- <sup>14</sup> NHS Health Scotland. (2017). Rapid evidence review: The impact of promotions on high fat, sugar and salt (HFSS) food and drink on consumer purchasing and consumption behaviour and the effectiveness of retail environment interventions
- <sup>15</sup> Iechyd Cyhoeddus Lloegr. (2015). Sugar reduction: from evidence into action
- <sup>16</sup> BBC Wales. (2019). Cheap junk food to blame for obesity in Wales
- <sup>17</sup> Which? (2016). Should retailers do more to promote healthier food?
- <sup>18</sup> Llywodraeth Cymru. (2018) Canllaw Bwyta'n Dda
- <sup>19</sup> Iechyd Cyhoeddus Lloegr.(2017) Sugar reduction and wider reformulation
- <sup>20</sup> Kantar Worldpanel Take Home Purchasing | 52we data to 29 Dec 19
- <sup>21</sup> The Obesity Health Alliance. (2018). Out of place – The extent of unhealthy foods in prime locations in supermarkets
- <sup>22</sup> Prifysgol Stirling. (2015). The impact of food and drink marketing on Scotland's children and young people
- <sup>23</sup> BRQ Business Research Quarterly. (2015). Merchandising at the point of sale: differential effect of end of aisle and islands
- <sup>24</sup> BRQ Business Research Quarterly. (2015). Merchandising at the point of sale: differential effect of end of aisle and islands
- <sup>25</sup> Yr Adran Iechyd. (2011). The nutrient profiling model.
- <sup>26</sup> NHS Health Scotland. (2018). Rapid evidence review: Methodologies for identifying foods high in fat, sugar and salt for limiting marketing and promotions

- 
- <sup>27</sup> NHS Health Scotland. (2017). Rapid evidence review: The impact of promotions on high fat, sugar and salt (HFSS) food and drink on consumer purchasing and consumption behaviour and the effectiveness of retail environment interventions
- <sup>28</sup> Legislation.gov.uk (2010). Taxation (International and other provisions) Act 2010
- <sup>29</sup> Cyfnodolyn Swyddogol yr Undeb Ewropeaidd. (2013). Argymhelliad y Comisiwn 6 Mai 2003 yn ymwneud â'r diffiniad o microfusnes, busnes bach a busnes canolig. Hysbyswyd o dan ddogfen rhif ((2003) 1422)
- <sup>30</sup> Y Gymdeithas Siopau Cyfleustra. (2022). The Welsh Local Shop Report 2022.
- <sup>31</sup> Yr Asiantaeth Safonau Bwyd (2016) Food and You Survey
- <sup>32</sup> Arolwg Deiet a Maeth Cenedlaethol (2014) Blynnyddoedd 1-6, 2008\09-2013\14
- <sup>33</sup> Association between eating out of home and body weight, Nutrition Reviews (2012) [Ilana N Bezerra](#), [Cintia Curioni](#), [Rosely Sichieri](#)
- <sup>34</sup> MDPI. (2017). Eating at Food Outlets and “On the Go” Is Associated with Less Healthy Food Choices in adults: Cross-Sectional data from the UK National diet and nutrition survey rolling programme(2008-2014)
- <sup>35</sup> The BMJ. (2013). Consumers’ estimation of calorie content at fast food restaurants: cross sectional observational study
- <sup>36</sup> Kantar Worldpanel Purchase | Total Market v. Wales | Channels Share of Spend £% | 52 w\e 23 Feb 2020
- <sup>37</sup> Kantar Worldpanel OOH Panel | Top branded retailers ranked by spend | 52 w\e 23 Feb 20
- <sup>38</sup> Analysis of the Inter-Departmental Business Register (2019)
- <sup>39</sup> Crockett RA et al. (2018). Nutritional labelling for healthier food or non-alcoholic drink purchasing and consumption. Cochrane Database of Systematic Reviews.
- <sup>40</sup> Diabetes UK. (2018). Public Views on food labelling survey.
- <sup>41</sup> The Caterer. (2012). Calories prove to be a tough pledge
- <sup>42</sup> Kantar date (2019) Out of home data
- <sup>43</sup> Iechyd Cyhoeddus Lloegr. (2015). SACN Carbohydrates and Health Report
- <sup>44</sup> Llywodraeth Cymru. (2019). Arolwg Deiet a Maeth Cenedlaethol: canlyniadau Blynnyddoedd 5 i 9 o’r Rhaglen Dreigl i Gymru (2012/2013 – 2016/2017) a dadansoddiad o dueddiadau dros amser ac incwm (Blynnyddoedd 1 i 9; 2008/09 – 2016/17)
- <sup>45</sup> Iechyd Cyhoeddus Lloegr. (2019). Sugar reduction: progress between 2015 and 2018
- <sup>46</sup> Plos Medicine. (2020). Impact of the announcement and implementation of the UK Soft Drinks Industry Levy on sugar content, price, product size and number of available soft drinks in the UK, 2015-19: A controlled interrupted time series analysis
- <sup>47</sup> National Library of Medicine (2011) Intake of sugar-sweetened beverages and weight gain: a systematic review- Malik, Schulze, and Hu
- <sup>48</sup> Rheoliad (UE) Rhif 1169/2011 o Senedd Ewrop a’r Cyngor
- <sup>49</sup> Llywodraeth Cymru (2018) Polisi Cynllunio Cymru
- <sup>50</sup> TCPA/ Iechyd Cyhoeddus Lloegr. (2018). Planning healthy-weight environments- a TCPA reuniting health with planning project
- <sup>51</sup> Cyngor Caerdydd. (2019). Strategaeth Fwyd Caerdydd
- <sup>52</sup> Iechyd Cyhoeddus Cymru. (2021). Cynllunio a galluogi amgylcheddau iach – Ymgorffori templed ar gyfer polisi cynllunio
- <sup>53</sup> BBC Wales. (2018). Takeaway Wales: Britain’s fast food capital?
- <sup>54</sup> Cyngor Bwrdeistref Sirol Wrecsam. (2011). Nodyn cyfarwyddyd cynllunio lleol rhif 9. Lleoedd bwyd poeth cario allan

- 
- <sup>55</sup> BBC Wales. (2019) Slimmer backs calls to ban takeaways near Welsh schools
- <sup>56</sup> Cymdeithas Frenhinol Iechyd y Cyhoedd. The Child's Obesity Strategy
- <sup>57</sup> Llywodraeth yr Alban. (2018). Research Project: To explore the relationship between the food environment and the planning system
- <sup>58</sup> Yr Asiantaeth Safonau Bwyd. (2021). Calorie Wise
- <sup>59</sup> NHS Health Scotland. (2018). Rapid evidence review: Methodologies for identifying foods high in fat, sugar and salt for limiting marketing and promotions
- <sup>60</sup> Cyllid a Thollau Ei Mawrhydi. (2018). Check if your drink is liable for the Soft Drinks industry levy
- <sup>61</sup> Iechyd Cyhoeddus Lloegr. (2018). Calorie reduction: the scope and ambition for action
- <sup>62</sup> Iechyd Cyhoeddus Lloegr. (2017). Sugar reduction and wider reformulation.