



Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Rhif: WG46814

Llywodraeth Cymru
Adroddiad Ymgysylltu

Amgylchedd Bwyd Iach

Dadansoddiad o'r ymgysylltu ynglŷn â'r Ymgynghoriad
Amgylchedd Bwyd Iach

Ionawr 2023

Mae'r ddogfen hon ar gael yn Saesneg hefyd / This document is also available in English.
Rydym yn croesawu gohebiaeth a galwadau ffôn yn Gymraeg

OGL © Hawlfraint y Goron 2023 ISBN ddigiol 978-1-80535-381-2

Trosolwg

Mae'r ddogfen hon yn rhoi crynodeb o'r ymgysylltu ar gyfer yr ymgynghoriadau Amgylchedd Bwyd Iach

Camau i'w Cymrydd

Mae'r ddogfen hon er gwybodaeth yn unig.

Rhagor o wybodaeth a dogfennau cysylltiedig

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

Manylion cyswll

I gael rhagor o wybodaeth:

Y Gangen Byw'n Iach ac Egnïol
Llywodraeth Cymru
Parc Cathays
Caerdydd
CF10 3NQ

E-bost: PwysaulachCymrulach@llyw.cymruDivision

Copïau Ychwanegol

Cyhoeddir y crynodeb hwn o'r ymateb a chopïau o'r holl ddogfennau ymgynghori ar ffurf electronig yn unig a gellir eu gweld ar wefan Llywodraeth Cymru.

[Linc i'r dogfennau ymgynghori](#)

Cynnwys

Cynnwys	3
Crynodeb Gweithredol	5
1. Cyflwyniad	8
2. Ymgynghoriad Amgylchedd Bwyd Iach: Ymatebion Gweithdy	12
Thema 1: Basgedi Siopa Iachach	12
Thema 2: Bwyta'n Iachach oddi allan i'r Cartref.....	14
Thema 3: Amgylcheddau Bwyd Lleol Iachach	16
3. Ymgysylltu â Rhanddeiliaid: Canfyddiadau digwyddiad	18
Thema 1: Basgedi Siopa Iachach	18
Thema 2: Bwyta'n Iachach oddi allan i'r Cartref.....	22
Thema 3: Amgylcheddau Bwyd Lleol Iachach	25
4. Sioe Deithiol Ymgysylltu â'r Cyhoedd: Canlyniadau'r Arolwg	27
Thema 1: Basgedi Siopa Iachach	27
Thema 2: Bwyta'n Iachach oddi allan i'r Cartref.....	29
Thema 3: Amgylcheddau bwyd lleol Iachach - newid y cydbwysedd.....	31
Atodiad A: Cynhyrchion posibl sy'n cael eu cwmpasu gan gynigion 1 a 2	33

Geirfa

Acronym	Diffiniad
HFSS	Uchel mewn Braster, Siwgr a Halen
NGO	Sefydliad Anllywodraethol
NPM	Model Proffilio Maethol

Crynodeb Gweithredol

- i. Er mwyn mynd i'r afael â'r mater cynyddol o ordewdra yng Nghymru, mae Llywodraeth Cymru'n gobeithio cyflwyno deddfwriaeth sy'n cryfhau ac yn cefnogi amgylchedd bwyd mwy iach i'r defnyddiwr. Fel rhan o'r broses hon, lansiwyd ymgynghoriad ar 9 Mehefin 2022, yn gofyn am farn gan y cyhoedd a rhanddeiliaid, ac fe gaeodd ar 1 Medi.
- ii. Yn y cyfnod hwn, cynhaliwyd cyfres o weithdai ac arolygon ansoddol gan ymgynghorwyr ymchwil annibynnol (Miller Research a Cazbah), gan ymgysylltu â rhanddeiliaid yn y sector bwyd a diod a'r proffesiwn iechyd, yn ogystal â'r cyhoedd yn ehangach.

Grwpiau blaenoriaeth cyhoeddus

- iii. Cynhaliodd Miller Research gyfres o wyth grŵp ffocws i gasglu barn y cyhoedd yn gyffredinol ar gynigion Llywodraeth Cymru. Fe wnaeth cyfanswm o 51 cyfranogwr gymryd rhan. Cafodd y grwpiau eu categoreiddio fel a ganlyn: plant oed cynradd, plant uwchradd oed, pobl ifanc (18-25), rhieni a gofawyr, pobl 45 oed neu hŷn, pobl o'r grwpiau economaidd-gymdeithasol C1, C2, D ac E, pobl o gefndiroedd ethnig lleiafrifol a'r rhai ar deithiau colli pwysau.
- iv. Gofynnwyd cwestiynau i grwpiau am gynigion o fewn yr ymgynghoriad amgylchedd bwyd iach. Mae'r rhain yn cynnwys cyfyngu ar hyrwyddo cynhyrchion braster, siwgr neu halen uchel (HFSS), labelu calorïau gorfodol ar gyfer y sector oddi allan i'r cartref, gosod cyfyngiadau ar weini diodydd meddal siwgrog, a chyfyngu ar tecawê bwyd poeth.
- v. Roedd consensws eang ar draws y grwpiau y dylid cymryd camau i gyfyngu ar hwylustod mynediad a hyrwyddiadau sy'n gwneud bwyd sy'n uchel mewn braster, siwgr neu halen yn ddeniadol i ddefnyddwyr. Fodd bynnag, yng nghyd-destun yr argyfwng costau byw, y teimlad oedd bod angen bargeinion a chymorthdaliadau ar fwyd iach yn ei le, gan fod pris bwyd iach yn cael ei ystyried yn rhy uchel ar hyn o bryd.

- vi. Roedd pob grŵp yn cefnogi'r cysyniad o osod cyfyngiadau ar wasanaethu diodydd meddal siwgrog, yn enwedig gwaharddiad ar ail-lenwi diodydd siwgr am ddim.
- vii. Roedd y farn yn fwy cymysg ar ofynion labelu kalori, gyda rhai cyfranogwyr yn cydnabod y manteision iechyd, tra bod eraill wedi codi pryderon am yr effeithiau y byddai hyn yn eu cael ar y rhai ag anhwylderau bwyta.
- viii. Roedd rhieni a gofalwyr yn gytŷn gan fwyaf y dylid cyfyngu ar nifer y tecawê ger ysgolion a cholegau, tra bod disgyblion oed ysgol yn gwrthwynebu'r cynnig hwn. Roedd y rhan fwyaf o grwpiau'n credu y byddai'n anodd gweithredu'r cyfyngiadau yn ymarferol a gallai eu heffeithiolrwydd gael ei danseilio gan wasanaethau darparu tecawê.

Digwyddiad 'Eich Barn a'ch Llais'

- ix. Ar 19 Gorffennaf 2022, cynhaliodd Cazbah ddiwyddiad ymgysylltu trwy'r dydd gyda rhanddeiliaid, gan gynnwys gweithwyr iechyd proffesiynol, sefydliadau anllywodraethol (NGO) perthnasol a chynrychiolwyr y diwydiant bwyd i gael eu barn ar y cynigion.
- x. Cytunodd mwyafrif llethol (88 y cant) o'r cynrychiolwyr y dylai Llywodraeth Cymru gyflwyno rhyw fath o ddeddfwriaeth i greu amgylchedd bwyd mwy iach. Roedd y buddion disgwylidig ymyrraeth o'r fath yn cynnwys gwell iechyd defnyddwyr, ond y pryder mawr oedd yr heriau ariannol roedd defnyddwyr yn eu hwynebu yng nghyd-destun yr argyfwng costau byw.
- xi. Roedd bron pob gweithiwr iechyd proffesiynol a chorff anllywodraethol yn cefnogi deddfwriaeth sy'n cyfyngu ar leoli cynhyrchion HFSS, yn ogystal â chyfyngu ar ail-lenwi am ddim a meintiau dogon mawr o ddiodydd meddal siwgrog. Roedd gan gynrychiolwyr y diwydiant fwy o amheuron ynghylch sut y byddai cyfyngiadau'n cael eu gweithredu'n ymarferol ac yn gyson.
- xii. Nid oedd consensws clir ymhlith cynrychiolwyr ynglŷn â pha gynhyrchion neu leoliadau y dylid eu heithrio o'r cyfyngiadau arfaethedig. Fodd bynnag, cytunodd 83 o gynrychiolwyr y cant y dylid adolygu'r cymorth cynllunio a thrwyddedu presennol i fynd i'r afael â dosbarthiad siopau tecawê bwyd poeth, yn enwedig yn agos at ysgolion uwchradd a cholegau.

Digwyddiadau teithiol

- xiii. Rhwng mis Gorffennaf ac Awst 2022, cynhaliwyd saith digwyddiadau ymgysylltu â'r cyhoedd mewn gwahanol leoliadau ar draws Cymru. Cymerwyd cyfanswm o 354 o arolygon gan Cazbah.
- xiv. Roedd mwyafrif clir o'r rhai a ymatebodd yr arolwg yn credu bod atal hyrwyddo bwyd llai iach yn syniad da. Roedd cyfran hyd yn oed mwy o bobl yn credu bod cael gwared ar fwydydd llai iach i ffwrdd o ardaloedd "traffig uchel".
- xv. Roedd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr yn credu y byddai labelu calorïau yn atal pobl rhag bwyta llai o fwyd iach. Roedd y mwyafrif o'r ymatebwyr hefyd yn credu bod atal ail-lenwi diodydd meddal siwgrog a gwahardd meintiau dogn mwy yn syniad da.
- xvi. Cafwyd cefnogaeth sylweddol i weithredu cyfyngiadau ar nifer y siopau tecawê mewn cymuned, nid ger ysgolion a cholegau yn unig, ond ar draws trefi a dinasoedd yn ehangach.

1. Cyflwyniad

Cefndir

- 1.1 Mae sawl cyflwr iechyd difrifol, hirdymor sy'n gysylltiedig â phwysau gormodol, gan gynnwys diabetes, clefyd y galon a chanser, yn ogystal ag effeithio'n andwyol ar iechyd meddwl. Gyda thua thraean o blant oed derbyn a 60 y cant o oedolion yng Nghymru yn cael eu dosbarthu fel pobl dros eu pwysau neu ordew, mae wynebu gordewdra yn her iechyd cyhoeddus sylweddol. Mae gordewdra yn arbennig o gyffredin mewn ardaloedd mwy difreintiedig. Mae pandemig coronafeirws (COVID-19) wedi tanlinellu ymhellach y risgiau iechyd cysylltiedig â deiet gwael ac wedi gwaethygu'r anghydraddoldebau iechyd sy'n bodoli eisoes.
- 1.2 Mae strategaeth [Pwysau Iach: Cymru Iach](#), a gyhoeddwyd yn 2019, yn cyflwyno gweledigaeth hirdymor i Gymru er mwyn lleihau ac atal gordewdra. Mae hyn yn cynnwys ymrwymiad erbyn 2030 i greu "amgylcheddau bwyd lle mae bwyd a diod iachach ar gael yn eang, yn apelgar ac yn fforddiadwy, gan wneud y dewis iachach yn ddewis hawdd." Nodwyd ymrwymiad i ymgynghori ar yr amgylchedd bwyd yn y [Cynllun Cyflawni 2022-24](#).
- 1.3 Hoffai Llywodraeth Cymru gyflwyno deddfwriaeth i adeiladu ar gamau gwirfoddol blaenorol, gan ddarparu eglurder a chysondeb ar draws y diwydiant bwyd, a chefnogi amgylchedd bwyd iachach i'r defnyddiwr.

Dull yr Ymgynghoriad

- 1.4 Mae Ymgynghoriad Amgylchedd Bwyd Iach yn cynnig camau, gan gynnwys deddfwriaeth, i sicrhau bod cyflawni deiet iach a chytbwys yn haws. Yn benodol, sut y gallwn symud cydbwysedd hyrwyddo a marchnata tuag at ddewisiadau iachach (Basgedi Siopa Iachach), sut y gallwn wella'r wybodaeth sydd ar gael i ni wrth fwyta oddi allan o'r cartref i gefnogi dewisiadau iachach (Bwyta allan o'r Cartref yn Iachach) a sut y gallwn symud y cydbwysedd, fel y gall ein taith ddyddiol drwy'r lleoedd rydym yn byw gefnogi dewisiadau iachach yn well (Amgylcheddau Bwyd Lleol).

- 1.5 Aeth yr ymgynghoriad ar y cynnig i wella yr Amgylchedd Bwyd Lleol yng Nghymru yn fyw ar 9 Mehefin 2022 gan geisio barn gan gynrychiolwyr y diwydiant, gweithwyr iechyd proffesiynol a'r cyhoedd ehangach a chaeodd ar 1 Medi. Roedd y cyfnod ymgynghori yn gyfle hanfodol i'r holl randdeiliaid ddarparu mewnbwn cyn i Lywodraeth Cymru wneud penderfyniadau pellach.
- 1.6 Cyn lansio'r ymgynghoriad, comisiynwyd Miller Research, ar y cyd â Working Word a Cazbah, i gynnal dadansoddiad ymgynghori annibynnol. Ochr yn ochr â dadansoddiad o'r ymatebion i'r Ymgynghoriad Amgylchedd Bwyd Iach ar-lein, roedd hyn yn cynnwys dadansoddi trafodaethau gweithdy gyda rhanddeiliaid a grwpiau penodol o'r cyhoedd. Roedd digwyddiadau sioe deithiol ledled Cymru hefyd i godi ymwybyddiaeth o'r ymgynghoriad lle gofynnwyd i unigolion gwblhau arolwg byr.

Methodoleg

- 1.7 Roedd yr holl ymgysylltu yn cynnwys cwestiynau a thrafodaeth ynghylch y prif gynigion yn yr Ymgynghoriad Amgylchedd Bwyd Iach, sydd wedi'u seilio o amgylch tair prif thema:
- **Basgedi Siopa Iachach**
 - A ddylem gyflwyno deddfwriaeth i gyfyngu ar hyrwyddo cynnyrch braster, halen, neu siwgr uchel
 - A ddylem gyflwyno deddfwriaeth i gyfyngu ar leoli cynnyrch braster, halen, neu siwgr uchel
 - **Bwyta'n Iachach oddi allan i'r Cartref**
 - A ddylem labelu calorïau gorfodol ym mhob lleoliad oddi allan i'r cartref
 - A ddylem osod cyfyngiadau ar weini diodydd meddal siwgrog
 - **Amgylcheddau Bwyd Lleol**
 - C.3.a Pa gefnogaeth a mesurau y gellid eu rhoi ar waith i awdurdodau lleol er mwyn helpu i wella argaeledd opsiynau iachach o fewn ardaloedd lleol?
 - A ddylem adolygu'r cymorth cynllunio a thrwyddedu presennol i fynd i'r afael â dosbarthiad siopau tecawê bwyd poeth yn arbennig yn agos at ysgolion uwchradd a cholegau

- 1.8 Yr elfen gyntaf o ymgysylltu ansoddol fel rhan o'r ymgynghoriad oedd y digwyddiad rhanddeiliaid 'Eich Barn a'ch Llais', a gynhaliwyd ar 19 Gorffennaf 2022.
- 1.9 Roedd y digwyddiad ar-lein undydd hwn yn cynnwys sesiwn lawn fer gyda chyflwyniadau yn egluro cefndir yr ymgynghoriad cyn i'r cynrychiolwyr gymryd rhan mewn trafodaethau grŵp yn seiliedig ar bob un o'r themâu ymgynghori amgylchedd bwyd iach. Cafodd dros 50 o bobl oedd yn cynrychioli rhanddeiliaid ledled Cymru eu rhannu i chwe grŵp, a gafodd eu hwyluso a'u priodoli'n annibynnol.
- 1.10 Roedd y cyfranogwyr yn dod o sefydliadau fel y Gwasanaeth Iechyd Gwladol (GIG), Iechyd Cyhoeddus Cymru (ICC) a Chwaraeon Cymru ochr yn ochr ag awdurdodau lleol, elusennau iechyd, a chynrychiolwyr o'r diwydiant bwyd.
- 1.11 Yn dilyn y digwydd 'Eich Barn a'ch Llais' yn agos cafwyd saith digwyddiad ymgysylltu â'r cyhoedd a gynhaliwyd ledled Cymru ym mis Gorffennaf ac Awst 2022, gan ymgysylltu â chymunedau Cymru fel rhan o'r broses ymgynghori.
- 1.12 Cynhaliwyd y digwyddiadau fel a ganlyn:
- Sioe Frenhinol Cymru, Llanfair-ym-Muallt - 20 Gorffennaf
 - Tŷ Pawb, Wrecsam - 21 Gorffennaf
 - Canol Dinas Abertawe - 25 Gorffennaf
 - Canolfan Dewi Sant, Caerdydd - 27 Gorffennaf
 - Eisteddfod Genedlaethol, Tregaron - 3 Awst
 - Marchnad Tonypany - 5 Awst
 - Sioe Môn – 9 a 10 Awst
- 1.13 Nod y digwyddiadau oedd codi ymwybyddiaeth o'r ymgynghoriad amgylchedd bwyd iach a chasglu barn mynychwyr digwyddiadau ar y themâu allweddol. Gwahoddwyd pobl i gwblhau arolwg byr. Dylid nodi bod llawer o bobl wedi dirywio, gyda rhai yn gwneud sylw nad oedd ganddynt ddiddordeb yn y maes pwnc.
- 1.14 Cynhaliwyd elfen derfynol ymgysylltu ansoddol yr ymgynghoriad rhwng 20 Gorffennaf a 31 Awst. Cynhaliodd Miller Research wyth gweithdy drwy

Microsoft Teams oedd yn ymdrin â meysydd trafod o dan yr ymgynghoriad Amgylchedd Bwyd Iach. Roedd pob gweithdy yn para awr.

- 1.15 Fe wnaeth cyfanswm o 51 cyfranogwyr gymryd rhan drwy'r gweithdai.
- 1.16 Roedd grwpiau'n cynnwys:
- Plant oedran cynradd (10-11)
 - Plant oed uwchradd (12-16)
 - Pobl Ifanc (18-25)
 - Rhieni a gofalwyr (o fabanod i bobl ifanc yn eu harddegau)
 - Y rhai yn grwpiau economaidd-gymdeithasol C1, C2, D ac E
 - Cefndiroedd Du, Asiaidd a Lleiafrifoedd Ethnig
 - Pobl 45 mlwydd oed a throsodd
 - Pobl ar deithiau colli pwysau.
- 1.17 Gofynnwyd cwestiynau i gyfranogwyr ysgol gynradd a oedd yn canolbwyntio ar gyfyngiadau ar ddiodydd meddal siwgrog (Bwyta'n Iachach o'r Cartref) a tecawê bwyd poeth ger yr ysgol (Amgylcheddau Bwyd Lleol Iachach). Gofynnwyd cwestiynau tebyg i gyfranogwyr ysgol uwchradd gyda thrafodaeth ychwanegol am labelu kalori.
- 1.18 Roedd cwestiynau ar gyfer y chwe grŵp ffocws oedolion yn seiliedig ar y tair o'r themâu o fewn yr ymgynghoriad amgylchedd bwyd iach.
- 1.19 Roedd gan bob grŵp ffocws o leiaf ddau hwylusydd, lle cafodd gwybodaeth ei drawsgrifio a'i sicrhau o ran ansawdd wedyn. Ar ôl cwblhau'r gweithdai, defnyddiwyd offeryn mapio meddwl cydweithredol ar-lein i brosesu, categoreiddio a dadansoddi'r ymatebion hyn a thynnu themâu allweddol a syniadau grŵp allan.

Strwythur yr Adroddiad

- 1.20 Mae'r adroddiad hwn yn crynhoi canfyddiadau'r gwahanol ddulliau ymgysylltu hyn. Mae Pennod 2 yn archwilio'r gweithdai ymgysylltu â'r cyhoedd a gynhaliwyd gan Miller Research. Mae Pennod 3 yn crynhoi canfyddiadau digwyddiad rhanddeiliaid 'Eich Barn a'ch Llais' ac mae Pennod 4 yn trafod canlyniadau'r gyfres o ddigwyddiadau sioe deithiol. Rheolid y digwyddiad rhanddeiliaid a'r sioeau teithiol gan Cazbah.

2. Ymgynghoriad Amgylchedd Bwyd Iach: Ymatebion Gweithdy

2.1 Mae'r bennod hon yn cyflwyno canfyddiadau cyfres o wyth gweithdy rhithwir gyda phobl sy'n cynrychioli'r grwpiau demograffig canlynol: plant oedran cynradd, plant oedran uwchradd, pobl ifanc, rhieni a gofalwyr, grwpiau economaidd-gymdeithasol C1, C2, D ac E, grwpiau lleiafrifoedd ethnig, a phobl 45 oed a mwy. Roedd yna hefyd grŵp gyda phobl ar deithiau colli pwysau. Mae canfyddiadau wedi'u strwythuro'n thematig a gan grŵp sydd â meysydd consensws a gwahaniaeth a amlygwyd.

Thema 1: Basgedi Siopa Iachach

Deddfwriaeth yn cyfyngu ar hyrwyddo cynhyrchion HFSS

- 2.2 Roedd consensws eang ar draws y grwpiau ffocws y dylid cymryd camau i gyfyngu ar hwylustod mynediad i fwyd afiach. Ystyriwyd cynigion hyrwyddo ar fwyd yn uchel mewn braster, siwgr neu halen (HFSS) fel cymell dewisiadau afiach gan ddefnyddwyr, gan gyfrannu at ordewdra a materion deintyddol, yn enwedig ymhlith y rhai sydd ag incwm is.
- 2.3 Awgrymodd cyfranogwyr yn y grŵp 45+ y dylid hefyd cael mwy o addysg ynghylch cynhyrchion sy'n cael eu hystyried yn iach, ond sydd yn aml yn HFSS, fel bariau grawnfwyd.
- 2.4 Yng nghyd-destun yr argyfwng costau byw, roedd cyfranogwyr ar drws yr holl grwpiau yn teimlo, os oedd unrhyw gyfyngiadau ar hyrwyddo bwyd afiach, mae angen bargeinion a chymorthdaliadau ar fwyd iach yn ei le, gan fod pris bwyd iach yn cael ei ystyried yn rhy uchel ar hyn o bryd.
- 2.5 Roedd lleiafrif o gyfranogwyr ar draws y grwpiau oedd yn meddwl y dylai'r cyfrifoldeb am ddewisiadau bwyd orwedd gyda'r defnyddiwr yn y pen draw, heb unrhyw ymyrraeth gan y llywodraeth. Codwyd rhai pryderon hefyd am ba mor orfodadwy fyddai gwaharddiad.
- 2.6 Ar y cyfan, roedd consensws, pe bai deddfwriaeth o'r fath yn cael ei chyflwyno, mae'n rhaid cael 'un rheol i bawb' i atal manau gwan, ac felly dylai siopa ar-lein a manwerthwyr arbenigol ddod o dan y cyfyngiadau arfaethedig.

Deddfwriaeth yn cyfyngu ar leoli cynhyrchion HFSS

- 2.7 Roedd cyfranogwyr ar draws pob grŵp o'r farn bod lleoli cynhyrchion HFSS yn broblem wrth annog pryniannau bwyd afiach, yn enwedig hyrwyddo bwyd afiach wrth fannau talu, ac ystyriwyd mai dyma'r mater mwyaf. Roedd cytundeb eang ar draws y grwpiau y dylai bwydydd HFSS fod mewn 'llefydd llai gweladwy'. Roedd y cyfranogwyr yn canmol rhai archfarchnadoedd sydd ag opsiynau iachach wrth y tiliau, gan honni y dylid efelychu'r model hwn yn ehangach.
- 2.8 Roedd cyfranogwyr yn y grŵp taith colli pwysau yn teimlo bod gweld llai o hysbysebion bwydydd afiach ar lawr y siop, yn helpu pobl i wneud dewisiadau gwell, yn ymwybodol ac yn isymwybodol. Cefnogwyd hyn gan y rhai 45 oed neu hŷn, a oedd yn teimlo bod cyfyngiadau ar leoliad yn fwy effeithiol na chyfyngu ar hyrwyddiadau. Roedd y rhai yn y grŵp pobl ifanc yn teimlo y dylid lleoli bwyd iach yn ei le, gyda ffrwythau a llysiau wedi'u gosod mewn mynedfeydd siop.
- 2.9 Fel yn achos deddfwriaeth sy'n cyfyngu ar hyrwyddo bwyd afiach, mynegodd cyfranogwyr ar draws gwahanol grwpiau amheuaeth ar y gallu i orfodi deddfwriaeth ar leoliad cynnyrch, yn enwedig mewn siopau bach, annibynnol.

Penderfynu pa gynhyrchion sy'n gynhyrchion HFSS

- 2.10 Fel rhan o'r grwpiau ffocws, dangoswyd dwy restr o gynhyrchion bwyd i'r cyfranogwyr. Roedd 'Opsiw A' yn rhestru bwydydd o'r pryder mwyaf o ran gordewdra plant ac 'Opsiw B' yn cynnwys rhestr ehangach o fwydydd HFSS. Gofynnwyd iddynt ddweud pa restr y dylid ei defnyddio ar gyfer y cyfyngiadau arfaethedig. Mae'r rhestr wedi'i chynnwys yn Atodiad A.
- 2.11 Roedd consensws ar draws y gwahanol grwpiau ffocws bod y ddwy restr yn cynnwys bwyd a diod a ddylai gael eu categorio'n afiach. Fodd bynnag, ar y cyfan, ystyriwyd bod Rhestr A yn cynnwys y bwydydd y dylid eu blaenoriaethu ar gyfer y cyfyngiadau gan fod cyfranogwyr yn teimlo bod pobl yn 'gor-fwyta' bwyd yn Opsiw A, tra eu bod yn dehongli'r bwydydd o dan Opsiw B fel rhai mwy tebygol o gael eu bwyta mewn dognau llai. Soniodd y

cyfranogwyr bod gormod o fwydydd wedi'u prosesu ar gael mewn siopau, a dyma'r cynnyrch ddylai gael ei dargedu gan gyfyngiadau.

- 2.12 Cododd cyfranogwyr yn y grŵp economaidd-gymdeithasol CDE bryderon am gategoreiddio rhai bwydydd yn 'afiach' gan y gallai hyn gynyddu'r risg y bydd pobl yn datblygu anhwylderau bwyta, a theimlo bod angen mwy o addysg ar bwysigrwydd bwyta rhai bwydydd yn gymedrol. Roedd y rhai sy'n 45 oed neu'n hŷn yn cytuno bod addysg yn bwysig o ran cymell bwyta'n iach.
- 2.13 Roedd rhai cyfranogwyr yn credu bod rhai cynhyrchion yn cael eu cynnwys yn annheg o fewn y cyfyngiadau. Roedd cyfranogwyr o'r grŵp lleiafrifoedd ethnig yn teimlo na ddylid dosbarthu iogwrt a quiche yn afiach, tra bod y rhai yn y grŵp oedran hŷn yn dweud bod rhai prydau parod iach ar gael a allai gael eu cynnwys yn annheg. I'r gwrthwyneb, ystyriwyd bod cynhyrchion fel bariau grawnfwyd a dŵr blas yn fwy afiach nag y maen nhw'n cael eu hystyried yn gyffredin.

Thema 2: Bwyta'n iachach oddi allan i'r Cartref

Cyfyngiadau arfaethedig ar weini diodydd meddal siwgrog

- 2.14 Roedd pob grŵp yn cefnogi'r cysyniad o wahardd ar ail-lenwi diodydd siwgr yn rhad ac am ddim. Honnodd cyfranogwyr i raddau helaeth fod ail-lenwi am ddim yn "cymell ymddygiad gwael" ac yn "annog pobl i yfed mwy nag y maen nhw eisiau neu ei angen". Nodwyd gan y rhai yn y grŵp rhieni a gofalwyr bod hyd yn oed y fersiwn 'deiet' o'r gwahanol ddiodydd meddal yn cynnwys melysion afiach.
- 2.15 Roedd consensws gan gyfranogwyr wnaeth ymgysylltu y dylai pobl orfod talu am bob ddiod feddal unigol, gyda bwytai a siopau eraill yn cynnig jygiau o ddŵr am ddim ar fyrddau yn lle. Nodwyd y byddai'r dewis hwn yn arwain at y budd o annog pobl i yfed mwy o ddŵr, gan arbed arian ar gyfer busnesau ar yr un pryd.
- 2.16 Ar y cyfan, roedd consensws ar draws y grwpiau bod ail-lenwi rhad ac am ddim yn broblem fwy na'r ffaith bod maint dognau mawr o ddiodydd meddal ar gael yn y sector oddi allan o'r cartref. Fodd bynnag, roedd rhieni a gofalwyr yn dweud na ddylid annog 'dewis meintiau mawr' o ystyried y cyfraddau presennol o ordewdra a diabetes

- 2.17 Roedd lleiafrif a gododd rai pryderon am y gwaharddiad yn cyfyngu ar ryddid dewis unigolion, yn enwedig gan fod pobl yn tueddu i fwyta allan fel 'trîit achlysurol' ac felly'n cael mynediad at ail-lenwi diod feddal am ddim yn anaml.
- 2.18 Pan ofynnwyd iddyn, roedd y rhan fwyaf o'r cyfranogwyr yn honni na fyddai'r cyfyngiadau arfaethedig ar ddiodydd meddal yn effeithio arnyn nhw'n bersonol.

Gofynion labelu kalori

- 2.19 Dywedodd rhywfaint o'r cyfranogwyr uwchradd eu bod yn edrych yn aml ar labelu calorïau o gynhyrchion at ddibenion iechyd, gan honni y gallai newid eu penderfyniad i fwyta bwyd. Gwelodd cyfranogwyr o'r grŵp pobl ifanc nodweddion positif labelu kalori, o ran ffitrwydd ac iechyd, ond hefyd risgiau o waethygu anhwylderau bwyta. Yn yr un modd, dywedodd y rhai ar deithiau colli pwysau eu bod nhw bob amser yn edrych ar galorïau ar fwydlenni ond fe wnaethant hefyd gyfeirio at bobl sy'n cael trafferth gydag anhwylderau bwyta a'r angen am fwy o ffocws ar gynnwys maethol yn lle hynny. Dywedodd y rhan fwyaf o gyfranogwyr o'r grŵp cefndiroedd du a lleiafrifoedd ethnig eu bod yn rhoi sylw i labeli kalori, a'i fod wedi effeithio ar ba fwyd roedden nhw'n ei fwyta yn seiliedig ar ei gynnwys kalori.
- 2.20 O ran p'un a ddylid mandadu labelu calorïau yn y sector oddi allan i'r cartref, daeth cyfranogwyr ysgolion uwchradd i'r casgliad y dylid ei gwneud yn fwy eglur pa gynhyrchion oedd yn uchel mewn siwgr, halen ar fwydlenni tecawê a bwyty. Roedd y cefndiroedd lleiafrifoedd ethnig a'r grŵp taith colli pwysau yn teimlo y dylid gallu cyrchu labeli calorïau yn hawdd ym mhob lleoliad.
- 2.21 Mynegodd cyfranogwyr o'r grŵp teithiau colli pwysau awydd am system labelu mwy cadarnhaol oedd yn meintoli'r cynnwys iach mewn bwyd yn benodol, tra bod y grŵp pobl ifanc yn teimlo y dylai gwylio calorïau ar fwydlenni fod yn rhywbeth y gellir 'optio i mewn' iddo yn hytrach nag 'optio allan', gan fod "labelu bwydydd yn creu ffyrdd afiach o feddwl".
- 2.22 Roedd cefnogaeth traws-grŵp i system goleuadau traffig, gyda'r cyfranogwyr yn ei ystyried yn 'llai niweidiol' na labelu kalori, tra'n parhau i alluogi dewisiadau gwybodus.

Eithriadau o labelu calorïau a gofynion diod meddal

- 2.23 Pan ofynnwyd a ddylid eithrio bwydlenni plant rhag labelu kalori, ymatebodd rhieni a gofalwyr eu bod nhw yn y sefyllfa orau i wneud penderfyniadau ar ba fwyd sydd orau i blant. Mynegwyd pryder ar draws grwpiau fod pobl ifanc yn eu harddegau mewn perygl arbennig o ddatblygu anhwylderau bwyta, gan ddweud bod "angen gwneud rhywbeth yn ddiogel i osgoi obsesiwn".
- 2.24 Roedd pobl ifanc a'r grŵp economaidd-gymdeithasol CDE yn teimlo y dylai bwydlenni rheolaidd fod ar gael heb labelu kalori, er mwyn caniatáu i'r rhai ag anhwylderau bwyta ddianc o'r sbardunau.
- 2.25 I'r gwrthwyneb, roedd rhieni a gofalwyr, y grŵp 45 oed neu hŷn a'r grŵp colli pwysau yn teimlo y dylai labelu calorïau fod yn gyffredinol gan ei fod yn "arferol eu harddangos". Ar y cyfan, er hynny, roedd angen gwneud mwy o gyfranogwyr i addysgu plant i dorri unrhyw arferion bwyta afiach.

Thema 3: Amgylcheddau Bwyd Lleol Iachach

Cyfyngiadau ar ddsbarthiad siopau tecawê ger rhai lleoliadau

- 2.26 Dywedodd cyfranogwyr oedran cynradd ac uwchradd fod eu hysgol o fewn pellter cerdded i leoliadau tecawê ond honnodd nad ydynt yn ymweld â nhw gan nad ydynt yn cael mynd oddi ar safle'r ysgol yn ystod oriau ysgol. Dywedodd cyfranogwyr ysgolion uwchradd, fodd bynnag, fod rhai disgyblion chweched dosbarth yn archebu bwyd cyflym i gael ei ddanfôn iddyn nhw amser cinio.
- 2.27 Roedd disgyblion oed ysgol yn gwrthwynebu cyfyngu ar nifer y siopau tecawê ger ysgolion a cholegau, gan ddweud y dylai fod yn ddewis unigol ac y byddai'n niweidio busnesau lleol.
- 2.28 I'r gwrthwyneb, y grŵp rhieni a gofalwyr oedd fwyaf o blaid cyfyngu ar siopau tecawê ger ysgolion.
- 2.29 Mynegodd y rhan fwyaf o grwpiau amheuaeth ynghylch gorfodi ac effeithiolrwydd cyfyngiadau o'r fath, o ystyried bod pobl yn defnyddio gwasanaethau danfon a bod ysgolion yn aml wedi'u lleoli mewn ardaloedd masnachol.

2.30 Yn ogystal, nododd cyfranogwyr nad yw llawer o siopau yn agor tan gyda'r nos beth bynnag a'u bod nhw'n teimlo y byddai cyfyngiadau ond yn cynyddu temtasiwn plant ysgol i ddewis bwyd afiach.

Cefnogaeth i'w roi ar waith i gynyddu opsiynau iach mewn ardaloedd lleol

2.31 I ddod â'r grwpiau ffocws, gofynnwyd i'r cyfranogwyr beth y gellid ei wneud i greu amgylchedd bwyd iachach. Awgrymodd pobl ifanc y dylid cael cymhorthdal neu ryw fath o ryddhad treth ar gyfer sefydliadau bwyd iach.

2.32 Awgrymodd y grŵp colli pwysau well bargeinion ar ffrwythau a llysiau, ochr yn ochr ag ymgyrchoedd y llywodraeth ar y teledu yn cefnogi bwyta'n iach.

2.33 Roedd rhieni a gofalwyr yn teimlo y dylid gwneud mwy i addysgu arferion bwyta da a chynnig opsiynau bwyd rhad ac iach mewn ysgolion.

2.34 Cynigiodd cyfranogwyr o'r grŵp lleiafrifoedd ethnig osod tapiau dŵr mewn archfarchnadoedd a ledled trefi.

2.35 Roedd y rhai a oedd yn 45 oed neu'n hŷn yn teimlo y gallai cyflwyno bwyta mewn lleoliadau cymunedol helpu i wella arferion bwyta.

2.36 Yn olaf, dywedodd cyfranogwyr o'r grwpiau economaidd-gymdeithasol CDE bod angen amrywio opsiynau bwyd, tra'n cydnabod mai pris bwyd yw'r ffactor fwyaf sy'n pennu arferion defnyddwyr.

3. Ymgysylltu â Rhanddeiliaid: Canfyddiadau digwyddiad

- 3.1 Mae'r bennod hon yn crynhoi pwyntiau allweddol o drafodaethau grŵp ar yr Ymgynghoriad Amgylchedd Bwyd Iach gynhaliwyd gan Cazbah fel rhan o'r digwyddiad Eich Barn a'ch Llais, ar 19 Gorffennaf 2022.
- 3.2 Roedd y cyfranogwyr yn dod o sefydliadau fel y GIG Cymru, Iechyd Cyhoeddus Cymru (ICC) a Chwaraeon Cymru ochr yn ochr ag awdurdodau lleol, elusennau iechyd, a chynrychiolwyr o'r diwydiant bwyd.
- 3.3 Cafodd cynrychiolwyr y diwydiant bwyd eu dyrannu i'r un grŵp ar gyfer y trafodaethau. Rhannwyd gweddill y cynrychiolwyr yn fwy ar hap i'r pum grŵp oedd yn weddill. At ddibenion y dadansoddiad isod, cyfeirir at y cynrychiolwyr hyn fel rhai sy'n perthyn i'r grwpiau NGO.

Thema 1: Basgedi Siopa Iachach

C.1a A ddylai Llywodraeth Cymru gyflwyno deddfwriaeth i gyfyngu ar hyrwyddo cynnyrch braster, halen, neu siwgr uchel (HFSS) ar sail gwerth? Er enghraifft, gostyngiadau dros dro mewn prisiau, cynigion aml-brynu, a chynigion cyfaint

- 3.4 O'r cynrychiolwyr a gymerodd ran yn y bleidlais, roedd 88 y cant yn cytuno y dylai Llywodraeth Cymru gyflwyno deddfwriaeth.
- 3.5 Er y byddai'r cynnig i gyflwyno deddfwriaeth yn debygol o ddigwydd, roedd cynrychiolwyr y diwydiant yn cydnabod eu bod yn awyddus i sicrhau bod y gweithredu'n ymarferol o safbwynt busnes/diwydiant.
- 3.6 Er bod cytundeb cryf gan y grwpiau NGO ar gyfer y cynnig, roedd gan rai cynrychiolwyr rybuddion ynghylch y cytundeb hwn tra bod eraill yn teimlo bod angen trafodaeth bellach ar y cwestiwn. Roedd hyn yn cynnwys yr awgrym i fynd ymhellach na braster, siwgr a halen yn unig ac ystyried cynaliadwyedd a bwyd sydd ag ôl troed amgylcheddol uchel. Nodwyd bod angen darparu arweiniad a chefnogaeth i archfarchnadoedd.

C.1b Pa gategorïau o gynhyrchion bwyd ddylai gael eu dal gan y cynnig?

- 3.7 Gofynnwyd i'r cynrychiolwyr a ddylai deddfwriaeth ganolbwyntio ar fwyd a diod HFSS sy'n effeithio fwyaf ar iechyd a phwysau plant (Opsiw A) neu'r holl gynhyrchion sy'n uchel mewn braster, siwgr neu halen (Opsiw B). Mae'r rhestri wedi'u cynnwys yn Atodiad A.
- 3.8 Roedd cytundeb cyffredinol rhwng pob grŵp NGO bod angen dull graddol, gydag Opsiw A yn flaenoriaeth.
- 3.9 Awgrymodd grwpiau NGO hefyd y dylid cyfuno'r dull graddol hwn â buddsoddiad mewn addysg i wneud mwy i ddysgu'r cyhoedd am faeth - gan gynnwys cyrsiau coginio, a chyfathrebu ynghylch pwysigrwydd deiet cytbwys a meintiau dogn synhwyrol.
- 3.10 Fe wnaeth sawl grŵp drafod yr hyn roedden nhw'n teimlo eu bod nhw'n 'aneglur' yn y ddau opsiwn gyda rhai cynrychiolwyr yn dweud bod yr opsiynau wedi cael eu gor-symleiddio ac nad yw dull 'bras' yn fuddiol.
- 3.11 Ni wnaeth cynrychiolwyr y diwydiant bwyd wrthwynebu'r cynnig ac fe wnaethon nhw gytuno bod Opsiw A yn well. Gwelwyd cysondeb â Lloegr fel ffactor allweddol ymysg y grŵp hwn. Dywedwyd bod llawer o'r cynhyrchion yn Opsiw B wedi'u cynnwys i ddechrau yng nghynigion lleihau kalori drafft lechyd Cyhoeddus Lloegr ond eu bod bellach wedi'u dileu.

C1.c Beth ydych chi'n ei deimlo yw buddion a heriau'r cynnig i gyflwyno deddfwriaeth i gyfyngu ar hyrwyddo cynhyrchion HFSS yn seiliedig ar werth?

- 3.12 Roedd y buddion a awgrymwyd gan y diwydiant bwyd a grwpiau NGO yn canolbwyntio ar iechyd defnyddwyr. Ymysg y buddion roedd:
- y tebygolrwydd y bydd deddfwriaeth yn arwain at ddiwygio cynhyrchion i leihau cynnwys braster, siwgr neu halen
 - bydd defnyddwyr yn meddwl mwy am y bwyd maen nhw'n ei brynu, gallai hyn annog newid diwylliant tuag at ffyrdd iachach o fyw
 - dylai deietau iachach leihau'r straen ar y GIG yn y tymor hir.

3.13 Cafwyd trafodaeth fanwl ac eang am yr heriau o weithredu'r ddeddfwriaeth newydd gan gynnwys:

- pryderon ynghylch costau byw a'r angen i sicrhau nad yw'r ddeddfwriaeth yn ychwanegu at yr heriau ariannol mae rhai defnyddwyr yn eu hwynebu
- yr angen i sicrhau bod y diwydiant bwyd yn cael digon o amser i baratoi am y newidiadau
- pwysigrwydd cefnogi ac addysgu defnyddwyr i wneud dewisiadau iachach, gan gynnwys mynd i'r afael ag unrhyw gamsyniadau ynghylch y 'gwerth' a gafwyd o hyrwyddiadau bwyd.

3.14 Bu'r diwydiant bwyd a grwpiau trafod NGO ill dau yn trafod yr heriau a gyflwynwyd i'r diwydiant bwyd. Roedd y rhain yn cynnwys sicrhau nad yw'r cynigion yn cael effaith andwyol ar gynhyrchwyr bach a gweithgynhyrchwyr yng Nghymru.

3.15 Pwysleisiodd cynrychiolwyr y diwydiant bwyd hefyd fod angen cysondeb ar draws y DU er mwyn tarfu cyn lleied â phosibl. Roedd pryderon hefyd y gall Cymru fabwysiadu'r Model Proffil Maethol diwygiedig 2018 (NPM), yn hytrach na defnyddio'r Rhaglen Lefelau Datblygu Maetholion presennol 2004/5 NPM.

C.1.d A ddylai'r eithriadau canlynol fod yn berthnasol i gyfyngiadau hyrwyddo sy'n seiliedig ar werth?

(i) Gostyngiadau mewn prisiau ar gyfer cynhyrchion dyddiad defnyddio sy'n agos

3.16 Roedd y farn yn amrywio gyda 45 y cant yn cytuno y dylid eithrio cynhyrchion sy'n agos at ddyddiad defnyddio. Roedd y rhai a gytunodd gyda'r eithriad yn dadlau y byddai'n lleihau gwastraff bwyd.

3.17 Roedd y grwpiau NGO yn fwy tebygol o fod heb benderfynu neu yn erbyn yr eithriad. Er enghraifft, dadlau y gall eithriadau greu mannau gwan y gellid eu hecsbloetio.

(ii) Cynnyrch heb eu pecynnu ymlaen llaw

- 3.18 Dim ond 30 y cant o'r cynrychiolwyr oedd yn gefnogol i'r eithriad hwn. Dadleuodd y rhai oedd yn cytuno â'r eithriad fod gormod o newidynnau ar gyfer cynhyrchion heb eu pecynnu ymlaen llaw sy'n eu gwneud yn anodd eu cynnwys o fewn y ddeddfwriaeth.
- 3.19 Roedd y rhai yn erbyn yr eithriad yn teimlo y dylid cynnwys pob cynnyrch HFSS waeth sut maen nhw'n cael eu pecynnu.

(iii) Busnesau micro a busnesau bach (oni bai eu bod yn rhan o grŵp symbol gyda gweithwyr 50+)

- 3.20 Dim ond 24 y cant o'r cynrychiolwyr oedd yn gefnogol i'r eithriad. Roedd grŵp y diwydiant bwyd yn gefnogol o'r eithriad gan ddadlau y byddai'r cynnig yn heriol iawn yn economaidd i fusnesau llai, sydd eisoes yn ei chael hi'n anodd cystadlu â siopau mwy. Roedd awgrym y dylid eithrio safleoedd grŵp symbolau hefyd, gan eu bod yn aml yn gweithredu'n eithaf annibynnol o fewn y fasnachfaint.
- 3.21 Roedd y rhan fwyaf o gynrychiolwyr grŵp NGO yn ansicr neu yn erbyn yr eithriad. Roedden nhw'n dadlau y dylai'r ddeddfwriaeth fod yn berthnasol i bob busnes, heb eithriadau, gan fod busnesau bach hefyd yn cyfrannu tuag at amgylchedd bwyd afiach. Mae hyn yn arbennig o wir mewn cymunedau gwledig, lle mae mynediad at archfarchnadoedd yn fwy cyfyngedig. Soniodd y cynrychiolwyr hefyd bod plant yn aml yn prynu bwyd a diod afiach o fusnesau bach ar eu ffordd i'r ysgol neu yn ôl.

C1.e A ddylid cyflwyno deddfwriaeth i gyfyngu ar leoli cynhyrchion HFSS mewn rhai ardaloedd manwerthu? Er enghraifft, mynedfa'r siop, wrth y til, ar pen yr eil, mewn unedau arddangos annibynnol.

- 3.22 Cefnogodd pob cynrychiolydd o'r grwpiau NGO y ddeddfwriaeth hon fel ffordd effeithiol o leihau prynu bwydydd HFSS. Awgrymodd y dylai'r diwydiant bwyd, yn enwedig busnesau llai, gael cymorth i wneud y newidiadau. Roedd cynrychiolwyr eisiau sicrhau bod cymaint o leoliadau â phosibl yn cael eu cynnwys yn y ddeddfwriaeth, fel gorsafoedd petrol, canolfannau iechyd a hamdden.

3.23 Roedd cynrychiolwyr y diwydiant yn poeni ynghylch sut y byddai cyfyngiadau'n cael eu gweithredu. Roedden nhw'n gofyn am fwy o eglurder yn ogystal â chysondeb gyda Lloegr. Fe wnaethon nhw hefyd rybuddio yn erbyn canlyniadau annisgwyl posib o gyflwyno cyfyngiadau o'r fath. Er enghraifft, cynhyrchion HFSS yn cael eu disodli mewn rhai ardaloedd manwerthu proffil uchel gyda chynhyrchion eraill afiach fel cynhyrchion sy'n gysylltiedig ag alcohol, a fyddai yn ei dro yn cael effaith negyddol ar iechyd y cyhoedd.

C1.f Pa eithriadau eraill, os o gwbl, ydych chi'n meddwl y dylech chi eu cymhwyso?

3.24 Ni wnaeth grwpiau NGO nodi eithriadau pellach er bod sawl grŵp yn tynnu sylw at effaith lleoli ac awgrymu camau i sicrhau nad yw cynhyrchion afiach yn cael eu rhoi ar lefel llygaid, yn enwedig lefelau llygaid plant.

3.25 Ni wnaeth cynrychiolwyr y diwydiant bwyd nodi unrhyw eithriadau pellach chwaith ond pwysleisiodd yr angen am aliniad trawsffiniol. Rhoddwyd pwyslais hefyd ar bwysigrwydd cyfathrebu ac ymgysylltu clir ac amserol gyda manwerthwyr a gweithgynhyrchwyr.

Thema 2: Bwyta'n lachach oddi allan i'r Cartref

C.2.a A ddylai Llywodraeth Cymru fandadu labelu kalori ym mhob 'lleoliad oddi allan i'r cartref' waeth beth fo maint y busnes?

3.26 Fe wnaeth y cynnig greu llawer o ddadlau, gyda 43 y cant o'r ymatebwyr yn cytuno â'r cynnig, a 53 y cant yn ansicr neu'n anghytuno.

C2.b Beth yw buddion a heriau cyflwyno labelu kalori?

3.27 Ystyriodd grwpiau mai prif fanteision labelu calorïau oedd:

- bydd defnyddwyr yn gallu gwneud penderfyniadau gwybodus gwell am eu dewisiadau bwyd, a ddylai leihau gor-fwyta
- bydd yn creu ymwybyddiaeth a sgysiau am y bwyd rydyn ni'n ei fwyta, allai olygu bod pobl yn fwy agored i gyfleoedd hybu iechyd eraill fel dosbarthiadau coginio ac ati.

- cyfle i fusnesau ailystyried cynnwys kalori'r bwyd sydd ar gael a chyflwyno opsiynau bwydlen sy'n llai caloriffig.

3.28 Ystyriodd grwpiau mai prif heriau labelu calorïau oedd:

- gallai'r rhai sydd wedi cael diagnosis o anhwylderau bwyta neu fwyta anhrefnus gael eu heffeithio'n andwyol
- gallai gynyddu 'cywilyddio bwyd' lle mae pobl yn teimlo stigma a barn yn seiliedig ar eu dewisiadau bwyd.
- bydd y cynnig yn anodd i'w weithredu, yn enwedig i fusnesau llai os ydyn nhw'n coginio o ddim ac yn newid eu bwydlen yn rheolaidd.

3.29 Roedd y trafodaethau'n cynnwys awgrymiadau i ehangu'r wybodaeth sydd ar gael i ddefnyddwyr. Nid yw pryd kalori isel o reidrwydd yn bryd cytbwys iach. I'r gwrthwyneb, mae rhai bwydydd kalori uchel, fel cnau a hadau, yn iach yn gymedrol. Mae gwybodaeth faethol arall fel cynnwys braster, siwgr neu gynnwys halen hefyd yn bwysig.

C2.c A ddylai bwydlenni sy'n cael eu marchnata'n benodol at blant gael eu heithrio o labelu calorïau

3.30 Cytunodd hanner y cynrychiolwyr gyda'r eithriad. Roedd y rhesymau dros eu cefnogaeth yn canolbwyntio ar y sbectrwm enfawr o anghenion maethol i'r rhai sy'n cael eu dosbarthu fel 'plant'. Roedd rhywfaint o bryder hefyd y gallai darparu gwybodaeth calorïau i blant eu hannog i ddatblygu perthynas afiach gyda bwyd ar adeg pan maen nhw'n arbennig o agored i ddatblygu anhwylder bwyta - gall anhwylderau bwyta effeithio ar bobl o bob oed, ond fel arfer yn dechrau ym mlynnyddoedd yr arddegau neu hyd yn oed yn gynharach.

3.31 Roedd y rhai oedd yn ansicr neu'n anghytuno â'r eithriad yn dadlau bod angen addysgu plant am faeth. Fe wnaethon nhw awgrymu, fodd bynnag, y gallai'r wybodaeth gael ei chyflwyno mewn ffordd fwy addas i blant. Roedd cynrychiolwyr eraill yn credu y gallai gwybodaeth fod ar gael i'r rhieni am y dewisiadau bwydlen i blant.

C2.d A ddylai ail-lenwi diodydd meddal siwgrog yn y sector 'oddi allan i'r cartref' gael eu gwahardd, a chyfyngu ar feintiau dogn diod meddal mwy* siwgrog? (* lle diffinnir mwy o faint fel mwy na pheint/ 0.57 litr)

- 3.32 Cafodd y cynnig hwn gytundeb bron yn unfrydol gan grwpiau NGO. Roedd y rhesymau am y gefnogaeth hon yn seiliedig ar werth maethol gwael diodydd meddal siwgrog a'u heffaith ar erydiad deintyddol. Roedd sylwadau nad yw fersiynau deiet o ddiodydd meddal hefyd yn ach ac yn erydu dannedd ac felly dylai dŵr fod ar gael yn haws yn lle hynny.
- 3.33 Cynhaliodd cynrychiolwyr y diwydiant bwyd safbwyntiau gwahanol i'w cymheiriaid grŵp NGO gyda'r mwyafrif yn ystyried nad yw ail-lenwi am ddim yn broblem fawr pan fo opsiynau sero a chalori isel ar gael mor eang. Roedden nhw'n teimlo y gallai cyfyngiadau maint dogn arwain at ddefnyddwyr yn prynu mwy o ddogneau llai yn unig.
- 3.34 **C2.e A ddylai'r gosodiadau canlynol gael eu heithrio o'r gofynion labelu calorïau a chyfyngiadau diod meddal?**
- i. **ysgolion a cholegau**
 - ii. **lleoliadau y blynyddoedd cynnar a gofal plant**
 - iii. **cleifion mewn ysbytai**
 - iv. **lleoliadau a chartrefi gofal**
 - v. **gwerthiannau elusennol**
- 3.35 Roedd gan gynrychiolwyr farn gymysg am yr eithriadau. Roedd y rhai a gytunodd gydag ysgolion, colegau, blynyddoedd cynnar a lleoliadau gofal plant yn cael eu heithrio yn rhesymu bod safonau maethol eisoes ar waith ar gyfer y lleoliadau hyn. Dywedodd y cynrychiolwyr eu bod yn deall pam fod lleoliadau cleifion mewnol a chartrefi gofal mewn ysbytai wedi'u heithrio gan fod y gofynion maethol ar gyfer y bobl o fewn y lleoliadau hyn yn aml yn unigol iawn. Roedd yna gydymdeimlad hefyd gyda gwerthiant elusennau.
- 3.36 Roedd y rhai oedd yn anghytuno â'r eithriadau neu'n ansicr ynghylch yr eithriadau yn tueddu i feddwl y dylai'r ddeddfwriaeth fod yn berthnasol waeth beth fo'r lleoliad i osgoi negeseuon sy'n gwrthdaro.

Thema 3: Amgylcheddau Bwyd Lleol Iachach

C.3.a Pa gefnogaeth a mesurau y gellid eu rhoi ar waith i awdurdodau lleol er mwyn helpu i wella argaeledd opsiynau iachach o fewn ardaloedd lleol?

3.37 Awgrymodd grwpiau NGO, ystod o gefnogaeth a mesurau:

- gwobrau, cymhellion a chydabyddiaeth i fusnesau sy'n darparu opsiynau iach
- mwy o hyrwyddo ar gyfer y Cynllun Dechrau'n Iach
- cynnwys y gymuned gyfan mewn prosiectau lleol fel tyfu gofod i gynhyrchu ffrwythau a llysiau ffres ar gyfer lleoliadau cyfagos fel ysgolion ac ysbytai
- canllawiau pellach a chymorth i awdurdodau lleol ar arferion da.
- deddfwriaeth i sicrhau bod gan awdurdodau lleol gynlluniau ar waith i alluogi amgylchedd bwyd iach a chynaliadwy, yn debyg i Ddeddf Cenedl Bwyd Da yr Alban.

C.3.b Pa gefnogaeth y gellid ei chynnig i helpu busnesau lleol i gynyddu'r opsiynau bwydlen iachach sydd ar gael a lleihau cynnwys kalori eu bwyd?

3.38 Roedd ymatebion yn canolbwyntio ar themâu cadarnhaol fel:

- mynediad at ddadansoddiad maethol, cyngor neu hyfforddiant am ddim
- sicrhau bod hyfforddiant cogyddion proffesiynol yng Nghymru yn cynnwys digon o ffocws ar fwyta'n iach
- mynediad at gyfathrebu, safonau a chanllawiau clir a chyson
- gwobrau a chymhellion eraill.

Q.3.c A ddylai'r cymorth cynllunio a thrwyddedu presennol, gan gynnwys canllawiau, gael eu hadolygu i fynd i'r afael â dosbarthiad Siopau Tecawê Bwyd Poeth (HFTs), yn arbennig o agos at ysgolion uwchradd a cholegau?

3.39 Cytunodd y cynrychiolwyr at ei gilydd y dylid adolygu'r cymorth cynllunio a thrwyddedu presennol, gydag 83 y cant o'r cyfranogwyr yn cytuno. Roedd y rhai oedd yn cytuno am ehangu cwmpas yr adolygiad i gynnwys:

- siopau bwyd symudol, yn enwedig ger ysgolion a choleg
- ardaloedd sydd â dwysedd uchel presennol o fwytai bwyd poeth neu ychydig o ddewisiadau amgen iach.

3.40 Awgrymodd y cynrychiolwyr y bydd angen mynd i'r afael â hysbysebu afiach ger ysgolion yn ogystal â'r ffaith bod mwy o wasanaethau danfon bwyd ar gael hefyd. Awgrymwyd bod dibyniaeth ar siopau tecawê, yn rhannol, oherwydd manau paratoi bwyd annigonol gartref, felly mae angen safonau gofynnol ar gyfer pob adeilad newydd ac eiddo rhent.

C.3.d Pa gefnogaeth a chanllawiau cynllunio ychwanegol y gellid eu darparu i leihau nifer yr HTFs newydd ger ysgolion uwchradd a cholegau?

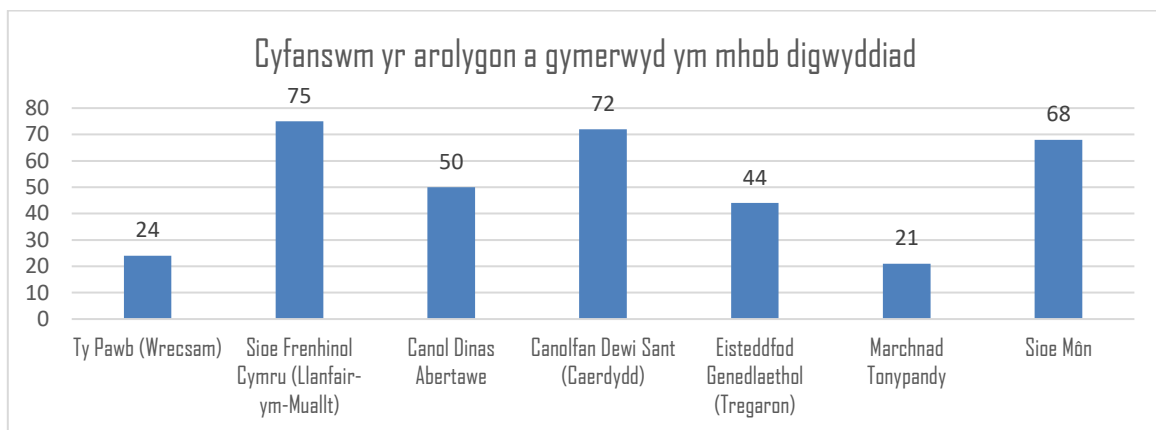
3.41 Awgrymodd y cynrychiolwyr bod angen deall pam fod ceisiadau cynllunio anaddas yn cael eu cymeradwyo. Bydd gan bob awdurdod lleol heriau, blaenoriaethau a chymhellion gwahanol. Yna, gellir defnyddio'r wybodaeth hon i sicrhau bod gan awdurdodau lleol y wybodaeth a'r awdurdod sydd eu hangen i wneud penderfyniadau sy'n cefnogi amgylcheddau bwyd iach. Roedd rhai cynrychiolwyr o'r farn y byddai deddfwriaeth yn rhoi eglurder ac yn rhoi mwy o rym i awdurdodau lleol. Byddai angen monitro'r ddeddfwriaeth hon yn ofalus er mwyn sicrhau ei bod yn gweithio ledled Cymru. Awgrymodd y cynrychiolwyr hefyd bod angen hyrwyddo sefydliadau iach ochr yn ochr â gwrthod tecawê llai iach.

3.42 Yn olaf, teimlai'r cynrychiolwyr y dylai fod ymrwymiad Cymru gyfan i leihau'r nifer o siopau tecawê bwyd poeth sy'n gysylltiedig â Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol. Dylid hefyd sicrhau bod plant a phobl ifanc yn cael dweud eu dweud yn y penderfyniadau sy'n effeithio arny'n nhw.

4. Sioe Deithiol Ymgysylltu â'r Cyhoedd: Canlyniadau'r Arolwg

4.1 Cafodd 354 o arolygon eu cynnal yn y saith digwyddiad ledled Cymru. O'r rhain, dim ond 17 na chafodd eu cwblhau'n llawn. Mae canlyniadau'r arolwg sydd wedi'u cwblhau'n rhannol wedi'u cynnwys o fewn y data. Mae'r tabl isod yn dangos nifer yr arolygon a gymerwyd fesul lleoliad. Noder fod y data ar gyfer Abertawe a Chaerdydd wedi'u cyfuno, felly mae'r priod ffigyrau yn fras.

Ffigur 1 Cyfanswm yr arolygon a gymerwyd ym mhob digwyddiad



Thema 1: Basgedi Siopa Iachach

Deddfwriaeth yn cyfyngu ar hyrwyddo cynhyrchion HFSS

4.2 Cwestiwn 1: Rydym eisiau cyflwyno deddf i atal hyrwyddiadau ar gyfer bwydydd llai iach sy'n uchel mewn braster, siwgr, a halen. Mae hyn yn cynnwys:

- gostyngiadau pris dros dro (fel borgen yr python's)
- cynigion aml-brynu (fel prynu un cael un am ddim)
- cynigion cyfaint (fel bargeinion prydau)

Dewisiadau Atebion	Ymatebion	Procent	Nifer
Ydw		78.51%	263
Nac ydw		14.63%	49
Ddim yn gwybod		6.87%	23

4.3 Roedd mwyafrif clir o'r ymatebwyr oedd yn credu bod atal cynigion hyrwyddo ar fwydydd llai iach (y rhai sy'n uchel mewn braster, siwgr, a halen) yn syniad da.

4.4 Roedd y rhai a atebodd 'Ydw' yn credu y byddai hyn yn cael effaith ar iechyd ein poblogaeth, yn enwedig y ddemograffeg iau. Dywedodd un rhiant eu bod o blaid:

“Oherwydd mae'n anodd fel rhiant i argyhoeddi plant i wneud dewisiadau iach pan fo cymaint o gynnyrch masnachol allan yna”

4.5 Fodd bynnag, gan y rhai a atebodd 'Na' y daeth y rhan fwyaf o'r sylwadau ar y cwestiwn hwn. Y prif reswm a nodwyd oedd costau byw a'r ddibyniaeth sydd gan rai pobl ar gynigion hyrwyddo i gadw eu gwariant bwyd i lawr. Awgrymodd sylwadau eraill y byddai'r ddeddfwriaeth yn caniatáu i fanwerthwyr wneud elw mwy. Cafodd bargeinio prydau bwyd eu hamlygu gan rai:

"Bargeinion prydau yw beth mae pobl yn dibynnu arno. Maen nhw'n rhatach, yn haws ac yn cymryd llai o amser pan yn gweithio oriau hir, anodd."

Deddfwriaeth yn cyfyngu ar leoli cynhyrchion HFSS

4.6 Cwestiwn 2: Rydym ni am atal bwydydd llai iach rhag cael eu gosod mewn mynedfeydd siopau, wrth y tiliau, ar ben yr eil, neu unedau arddangos annibynnol. Ydych chi'n meddwl fod hyn yn syniad da?

Dewisiadau Atebion	Ymatebion		
Ydw		84.73%	283
Nac ydw		11.08%	37
Ddim yn gwybod		4.19%	14

4.7 Roedd mwyafrif cryf o'r ymatebwyr yn credu bod symud bwydydd llai iach i ffwrdd o ardaloedd 'traffig uchel' yn syniad da. Mae'r ganran ychydig yn uwch na'r rhai sy'n cytuno gyda chyfyngu ar hyrwyddo bwyd yn uchel mewn braster, siwgr neu halen.

4.8 Roedd y rhai a atebodd "Ydw" yn dweud y byddai hyn yn lleihau temtasiwn, yn enwedig i blant:

“Ydw, mae rhieni yn cael trafferth o ddydd i ddydd wrth geisio brwydro gyda phlant o ran bwyd felly pam ei gwneud hi'n anoddach iddyn nhw?”




- 4.9 I'r rhai a atebodd "Na", roedd llawer yn credu y dylai'r cyfrifoldeb orwedd gyda'r manwerthwr, neu'r defnyddiwr i wneud penderfyniadau ar yr hyn maen nhw'n ei brynu. Roedd cyfranogwyr yn credu mai addysg, yn hytrach na deddfwriaeth yw'r ateb:

"Yn bersonol, dwi'n mynd i mewn yn meddwl fy mod am brynu bwyd iach. Rydym ni angen yr archfarchnadoedd ar ein hochr ni. Ydyn, maen nhw'n gwneud arian ar y cyfan ond gadewch i ni feddwl am ddewisiadau amgen gwell ac iachach."

Thema 2: Bwyta'n iachach oddi allan i'r Cartref

Gofynion labelu calori

- 4.10 Cwesiwn 3: Rydyn ni am gael labelu caloriâu ar fwyd rydyn ni'n ei fwyta allan neu'n ei brynu o siopau tecawê. Ydych chi'n meddwl fod hyn yn syniad da?

Dewisiadau Atebion	Ymatebion		
Ydw		71.73%	241
Nac ydw		17.86%	60
Ddim yn gwybod		10.42%	35

- 4.11 Roedd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr yn cytuno â'r cynnig ac yn credu y dylid cynnwys labelu caloriâu ar fwydlenni.
- 4.12 Roedd y rhai a atebodd 'Ie' yn rhesymu y byddai rhoi'r wybodaeth hon i bobl yn helpu pobl i wneud dewisiadau gwell. Gallai wneud i bobl gael bwyd tecawê yn llai aml, neu fod yn fwy ymwybodol o sut mae'r dewisiadau bwydlen y maen nhw'n eu gwneud yn cyd-fynd â'u deiet:

"Fel arall, mae'n amhosib gwybod yn iawn faint o galoriâu sydd yn beth dwi'n ei fwyta. Bydd yn fy helpu i wneud dewisiadau gwybodus"

- 4.13 Dywedodd y rhai a atebodd 'Na' y gallai'r cynnig fod yn risg i bobl ag anhwylderau bwyta.




"Gallai fod yn sbardun mawr i broblemau bwyta fel anhwylderau bwyta"

4.14 Roedd pryder hefyd y byddai'n rhy anodd i fusnesau bach. Roedd sawl sylw nad yw meintiau dogn yn gyson mewn busnesau bach annibynnol:

"Mae gan rai siopau tecawê fel siopau sglodion ddogneau gwahanol. Sut ydych chi'n labelu rhywbeth nad yw'n gyson"

Cyfyngiadau arfaethedig ar weini diodydd meddal siwgrog

4.15 Cwestiwn 4: Rydym am roi'r gorau i ail-lenwi diodydd meddal siwgrog am ddim. Ydych chi'n meddwl fod hyn yn syniad da?

Dewisiadau Atebion	Ymatebion		
Ydw		65.47%	218
Nac ydw		24.92%	83
Ddim yn gwybod		9.61%	32

4.16 Cytunodd y mwyafrif o'r ymatebwyr y dylid atal ail-lenwi diodydd meddal siwgrog am ddim.

4.17 Roedd pobl a ddywedodd 'Ie' yn aml yn meddwl bod hyn yn newid synhwyrol gan na ddylai pobl fod angen nifer o ddiodydd.




4.18 Roedd ymatebwyr eraill o'r farn y gallai'r cynnig fod yn anodd i'w weithredu:

'Sut ydych chi'n gwahaniaethu rhwng pobl sy'n ail-lenwi diodydd meddal di-siwgr a diodydd meddal siwgr uchel?'

4.19 I'r rhai a atebodd 'Na', y rheswm mwyaf cyffredin oedd rhyddid dewis:

- "Mae pobl yn gyfrifol am eu dewisiadau eu hunain ac os ydyn nhw eisiau yfed diodydd llawn siwgr yna eu dewis nhw yw hynny,"

4.20 Cwestiwn 5: A ddylem wahardd dognau mwy (dros un peint neu 570ml) o ddiodydd meddal siwgrog?

Dewisiadau Atebion	Ymatebion		
Ydw		60.61%	200
Nac ydw		25.45%	84
Ddim yn gwybod		13.94%	46

- 4.21 Unwaith eto, roedd mwyafrif yr ymatebwyr yn cytuno â'r cynnig y dylid atal gweini mwy o ddiodydd meddal siwgrog. Roedd canran y rhai oedd yn pleidleisio 'le' ychydig yn is na'r rhai oedd yn cytuno gyda gwahardd ail-lenwi am ddim.
- 4.22 I'r rhai oedd yn cytuno, roedd y rhesymau a roddwyd yn debyg i'r cwestiwn blaenorol - ni ddylai fod angen i unigolyn yfed mwy na 570ml mewn un pryd.
- 4.23 Roedd y rhai oedd yn anghytuno â'r cynnig yn dadlau y gallai pobl sy'n prynu dognau mwy o ddiodydd meddal, yn enwedig poteli, fod yn bwriadu rhannu ag eraill. Roedd pobl eraill yn dadlau na fydd y cynnig yn atal unigolion rhag gor-yfed diodydd meddal gan y byddan nhw'n gallu prynu mwy nag un dogn ar y tro. Yn olaf, dywedodd rhai ymatebwyr y dylai fod yn ryddid i bobl ddewis beth a faint o gynnyrch i'w brynu, ac y gellid hyrwyddo diodydd meddal di-siwgr yn fwy fel dewis arall yn lle deddfwriaeth.




Thema 3: Amgylcheddau bwyd lleol iachach - newid y cydbwysedd

Cefnogaeth i'w roi ar waith i gynyddu opsiynau iach mewn ardaloedd lleol

- 4.24 Cwestiwn 6: Rydym am gefnogi gweithredu lleol i greu cymunedau lle mai'r dewis iach yw'r dewis hawdd. Sut allen ni wneud canol trefi a chymunedau lleol yn lleoedd a allai helpu i gefnogi dewisiadau iachach?
- 4.25 Cafwyd 267 o ymatebion i'r cwestiwn hwn. Roedd yr ymatebion yn cynnwys awgrymiadau fel:
- Llai o hysbysebu a hyrwyddo bwydydd afiach, gyda mwy o hyrwyddo a chefnogaeth i ddewisiadau amgen iachach.
 - Mae angen i gymunedau lleol gael y cyfle i lunio'r dull maen nhw ei eisiau yn eu hardal leol. Dylai pobl leol a busnesau fod yn rhan o'r broses gwneud penderfyniadau.
 - Dylai fod llai o ffocws ar ddeddfwriaeth a mwy o ffocws ar addysg ac addysgu pobl sut i fyw yn iach.

Cyfyngiadau ar ddsbarthiad siopau tecawê ger rhai lleoliadau

- 4.26 Cwestiwn 7: Rydyn ni eisiau cyfyngu ar nifer y siopau tecawê mewn trefi ac yn agos at ysgolion a cholegau. A ddylen ni edrych ar newid sut mae penderfyniadau cynllunio yn cael eu gwneud i gyfyngu ar y nifer o siopau tecawê mewn cymunedau ac yn agos at ysgolion uwchradd a cholegau?

Dewisiadau Atebion	Ymatebion		
Ydw		63.58%	213
Nac ydw		22.69%	76
Ddim yn gwybod		13.73%	46

- 4.27 Atebodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr y dylid adolygu penderfyniadau cynllunio er mwyn cyfyngu ar nifer y siopau tecawê.
- 4.28 Roedd llawer o'r rhai oedd yn ateb 'Ie' yn credu y dylid cyfyngu ar siopau tecawê ar draws trefi a dinasoedd, ac nid dim ond o gwmpas ysgolion a cholegau. Dywedodd rhai wnaeth ymateb bod angen gweithredu hefyd i leihau'r galw am siopau tecawê. Ymhlith yr awgrymiadau roedd: gwella apêl ac ansawdd prydu ysgol, addysgu plant a phobl ifanc am faeth a chefnogi busnesau sy'n darparu opsiynau iachach.
- 4.29 Cwestiwn 8: Beth arall fyddai'n helpu i wneud y dewis bwyd iach yn ddewis hawdd yn eich bywyd chi?
- 4.30 Cafwyd 240 o ymatebion i'r cwestiwn hwn. Roedd llawer o'r ymatebion yn debyg i Gwestiwn 6. Ymhlith yr ymatebion roedd:
- Dylai ysgolion fod â chyfrifoldeb i ddysgu plant, a'u rhieni, am ddewisiadau bwyd iach
 - Mwy o opsiynau bwyd iach ar y stryd fawr ac mewn siopau gyda phrisiau sydd mor gystadleuol â'r bwyd llai iach o leiaf.
 - Mwy o gefnogaeth i gymunedau a phrosiectau lleol sy'n annog ffyrdd iachach o fyw.

Atodiad A: Cynhyrchion posibl sy'n cael eu cwmpasu gan gynigion 1 a 2

Mae'r ddau opsiwn yn nodi cynhyrchion sy'n cael eu dosbarthu fel braster uchel, siwgr neu halen yn ôl y Model Proffilio Maetholion.

Mae 'Opsiwn A' yn rhestru cynnyrch sydd o'r pryder mwyaf o ran gordewdra plant.

Mae 'Opsiwn B' yn cynnwys eitemau Opsiwn A a chynhyrchion ychwanegol sy'n cael eu cwmpasu gan y Rhaglen Lleihau Siwgr, Rhaglen Lleihau Calori ac Ardoll Diwydiant Diod Feddal.

Opsiwn A – Categorïau sydd yn peri'r pryder mwyaf am ordewdra plant

- Diodydd meddal
- Melysion siocled
- Melysion siwgr
- Cacennau
- Hufen iâ
- Nwyddau bore
- Pwdinau a melysfwydydd llaeth
- Bisgedi melys
- Grawnfwydydd brechwast
- Iogyrtau
- Diodydd llaeth gyda siwgr ychwanegol
- Diodydd sudd gyda siwgr ychwanegol
- Pitsa
- Creision a byrbrydau sawrus
- Prydau parod a chanolfannau prydau bwyd gan gynnwys cynnyrch bara a chynnyrch mewn cyteu
- Sglodion a chynnyrch tatws

Opsiwn B – Yr holl gynhyrchion sy'n cael eu dal gan y rhaglenni.

Yr holl gynhyrchion yn Opsiwn A ac yn ychwanegol:

- Bara garlleg
- Pasteiod a quiches
- Bara gydag ychwanegiadau
- Bisgedi sawrus, craceri a bara crimp
- Sawsiau a phasta coginio
- Sawsiau a dresins bwrdd
- Cynhyrchion cig wedi'i brosesu
- Pasta/reis/nwdls gyda chynhwysion a blasau ychwanegol
- Dips wedi'u paratoi a salad cyfansawdd i gyd-fynd â phrydau
- Cynhyrchion/seigiau wy
- Taeniadau melys