



Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Rhif: WG46814

Llywodraeth Cymru

Adroddiad Ymgysylltu

Diodydd Egni

Dadansoddiad o'r ymgysylltu ynglŷn â'r cynnig i ddod â gwerthiant diodydd egni i blant o dan 16 oed i ben

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 © Hawffraint y Goron 2023 ISBN ddigiol 978-1-80535-374-4

Trosolwg

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

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.cymru

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	4
1. Cyflwyniad	7
2. Ymgysylltu â'r Cyhoedd: Ymatebion Gweithdy	11
Arferion Yfed.....	11
Bwriad i wahardd gwerthu diodydd egni i blant dan 16 oed.....	12
3. Ymgysylltu â Rhanddeiliaid – Canfyddiadau digwyddiad	14
Thema 1: Buddion a Heriau	14
Thema 2: Yr Amgylchedd Manwerthu	16
Thema 3: Effaith ar grwpiau gwahanol	17
4. Sioe Deithiol Ymgysylltu â'r Cyhoedd: Canlyniadau'r Arolwg	19

Crynodeb Gweithredol

- i. Mae ymchwil yn dangos bod hyd at draean o blant yn y DU yn yfed o leiaf un ddiod egni'r wythnos, gyda lefelau uchel o ddefnydd yn gysylltiedig â chur pen, problemau cwsg, defnydd alcohol, ysmegu, anniddigrwydd a gwahardd o'r ysgol.
- ii. Yng nghyd-destun y pryder sylweddol o ran iechyd y cyhoedd mae hyn yn ei gyflwyno i Gymru, mae Llywodraeth Cymru wedi lansio ymgynghoriad cyhoeddus rhwng 9 Mehefin 2022 a 1 Medi 2022 i ofyn i bobl ystyried p'un a ddylid gwahardd gwerthu diodydd egni caffein uchel i blant o dan 16 mlwydd oed. Aeth yr ymgynghoriad ymlaen i ofyn a ddylai unrhyw waharddiad gynnwys peiriannau gwerthu ac amgylcheddau ar-lein, a p'un a ddylid ehangu unrhyw waharddiad i gynnwys te a choffi.
- iii. 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

- iv. Cynhaliodd Miller Research dri gweithdy rhwng 20 Gorffennaf a 18 Awst. Fe wnaeth cyfanswm o 21 cyfranogwr gymryd rhan. Roedd y grwpiau'n cynnwys plant oed cynradd ac uwchradd, yn ogystal â rhieni a gofalwyr.
- v. Roedd y rhan fwyaf o gyfranogwyr oedran cynradd a'r holl gyfranogwyr oedran uwchradd yn ymwybodol o effeithiau negyddol yfed diodydd egni, gan gyfeirio at hylendid deintyddol gwael 'cwymp siwgr' a phoenau stumog. Mae hyn er bod bron i hanner y grŵp oedran uwchradd yn honni eu bod yn eu hyfed yn rheolaidd ar gyfer perfformiad chwaraeon neu i roi egni iddyn nhw.
- vi. Roedd consensws ymhlith plant oedran cynradd y dylid gwahardd gwerthu diodydd egni i blant dan 16 oed, tra bod plant oedran

uwchradd yn fwy ansicr. Ymysg rhieni a gofalwyr, roedd cytundeb cyffredinol y dylid gorfodi gwaharddiad.

- vii. Roedd disgyblion cynradd ac uwchradd yn erbyn codi oed y gwaharddiad i blant dan 18 oed, tra bod rhieni a gofalwyr yn fwy cefnogol o'r cynnig.
- viii. Nid oedd cefnogaeth ar draws grwpiau i ehangu'r gwaharddiad i gynnwys te neu goffi

Digwyddiad 'Eich Barn a'ch Llais'

- ix. Ar 19 Gorffennaf 2022, cynhaliodd Cazbah ddigwyddiad ymgysylltu trwy'r dydd gyda rhanddeiliaid, gan gynnwys gweithwyr ieuchyd proffesiynol, sefydliadau anllywodraethol (NGO) perthnasol a chynrychiolwyr y diwydiant bwyd i gael eu barn ar y cynigion.
- x. Roedd consensws cryf ymhlith cynrychiolwyr am waharddiad ar werthu diodydd egni i blant (87 y cant). O'r rhain, roedd 52 y cant o'r cynrychiolwyr yn credu y dylai'r cyfyngiad fod ar gyfer y rhai o dan 16 mlwydd oed, gyda 35 y cant yn honni y dylai'r terfyn oedran gorfodol fod yn 18 mlwydd oed.
- xi. Roedd lefel uchel o gytundeb ymhlith cynrychiolwyr bod ehangu'r gwaharddiad i de a choffi yn ddiangen.
- xii. Roedd consensws hefyd ynghylch cynnwys siopau ar-lein o fewn y gwaharddiad, gyda 90 y cant o'r cynrychiolwyr yn cytuno.
- xiii. Roedd gwahaniaeth barn mewn perthynas â pheiriannau gwerthu. Roedd y rhan fwyaf o'r cynrychiolwyr yn gefnogol i gyfyngu mynediad plant at ddiodydd egni o beiriannau gwerthu. Ond roedd y grŵp diwydiant bwyd o'r farn nad oedd hyn yn broblem fawr a ddim yn werth ei gynnwys o fewn cyfyngiadau.

Digwyddiadau teithiol

- xiv. 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.

- xv. Pan ofynnwyd p'un a oedd hi'n syniad da gwahardd gwerthu diodydd egni i blant o dan 16 oed, dywedodd 86 y cant o'r ymatebwyr ydy, gan ei wneud y cynnig mwyaf poblogaidd yn yr arolwg, oedd hefyd yn cynnwys cwestiynau am yr ymgynghoriad amgylched bwyd iach. Ymhlith y rhesymau dros gytuno â'r cynnig roedd sylwadau bod diodydd egni yn achosi gorfywiogrwydd ac yn gallu bod yn gaethiwus.

1. Cyflwyniad

Cefndir

- 1.1 Mae ymchwil yn awgrymu y gallai fod angen gweithredu ataliol i amddiffyn plant a phobl ifanc rhag niwed iechyd cysylltiedig ag yfed diodydd egni. Mae ymchwil yn dangos bod hyd at draean o blant oedran ysgol uwchradd yn y DU yn yfed o leiaf un ddiod egni'r wythnos, gyda lefelau uchel o ddefnydd yn gysylltiedig â chur pen, problemau cwsg, defnydd alcohol, ysmegu, anniddigrwydd a gwahardd o'r ysgol.
- 1.2 Diodydd egni sy'n cael eu cynnwys yn y cynnig fydd y rhai sy'n cynnwys dros 150mg o gaffein y litr. Mae'n ofynnol yn gyfreithiol i'r diodydd ynni hyn arddangos rhybuddion nad ydynt yn cael eu hargymell ar gyfer plant oherwydd eu cynnwys caffein uchel. Mae un dogn o ddiod egni fel arfer yn cynnwys rhwng 72mg a 150mg o gaffein, gyda nifer o frandiau diodydd egni yn cynnwys dau i dri dogn mewn un can o ddiod. Ynghyd â chyfaint cynhyrchion diodydd egni penodol, mae'r cynnwys caffein yn gallu bod mor uchel â 294mg y can. O'i gymharu, mae coffi espreso dwbl yn cynnwys tua 80mg o gaffein.
- 1.3 Yn ogystal â'r cynnwys caffein uchel mewn diodydd egni, mae nifer o'r diodydd hefyd yn cynnwys llawer iawn o siwgr. Dangosodd astudiaeth o 2017 bod diodydd egni cyffredin, ar gyfartaledd, yn cynnwys 65 y cant yn fwy o siwgr na diodydd meddal rheolaidd eraill. Maen nhw felly yn peri pryder o ran cyfrannu at ordewdra a phroblemau deintyddol mewn plant a phobl ifanc.

Dull yr Ymgynghoriad

- 1.4 Yng nghyd-destun y pryder iechyd y cyhoedd arwyddocaol mae hwn yn ei gyflwyno i Gymru, mae Llywodraeth Cymru wedi ystyried yr angen i wahardd gwerthu diodydd egni i blant. Lansiodd ymgynghoriad cyhoeddus i ofyn i bobl ystyried materion fel:

- ydy pobl yn cytuno gyda'r cynnig i wahardd gwerthu diodydd egni i blant o dan 16 mlwydd oed
- p'un a yw'r gwaharddiad yn cynnwys gwerthu ar-lein a pheiriannau gwerthu
- a ddylai unrhyw waharddiad gael ei ehangu i gynnwys te a choffi.

1.5 Aeth yr ymgynghoriad yn fyw ar 9 Mehefin 2022 gan geisio barn gan gynrychiolwyr y diwydiant, cyrff anllywodraethol a'r cyhoedd ehangach a chaeodd ar 1 Medi. Roedd y cam ymgynghori yn gyfle hanfodol i'r holl randdeiliaid roi mewnbwn cyn i Lywodraeth Cymru wneud penderfyniadau pellach.

1.6 Cyn lansio'r ymgynghoriad, ar y cyd â Working Word a Cazbah, comisiynwyd Miller Research i gynnal dadansoddiad annibynnol o'r ymgynghoriad, oedd yn cynnwys gweithdai gyda grwpiau penodol o'r cyhoedd, a dadansoddi'r ymatebion i ymgynghoriad ar-lein Llywodraeth Cymru.

Methodoleg

1.7 Yr elfen gyntaf o ymgysylltu ansoddol fel rhan o'r ymgynghoriad oedd y digwyddiad 'Eich Barn a'ch Llais', a gynhaliwyd ar 19 Gorffennaf 2022.

1.8 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. 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.

1.9 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.

1.10 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.

1.11 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

1.12 Nod y digwyddiadau oedd codi ymwybyddiaeth o'r ymgynghoriad ar ddiod egni a chasglu barn mynychwyr y digwyddiadau. 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.

1.13 Cynhaliwyd elfen derfynol ymgysylltu ansoddol yr ymgynghoriad rhwng 20 Gorffennaf a 18 Awst. Cynhaliodd Miller Research dri gweithdy yn cwmpasu meysydd trafod o dan yr ymgynghoriad Diodydd Egni. Roedd pob gweithdy yn para awr.

1.14 Fe wnaeth cyfanswm o 21 cyfranogwyr gymryd rhan drwy'r gweithdai. Roedd tri grŵp ffocws:

- plant oedran cynradd (10-11 mlwydd oed)
- plant oed uwchradd (12-16 mlwydd oed)
- rhieni a gofalwyr.

1.15 Yn benodol, roedd pynciau trafod ar gyfer y grwpiau hyn yn cynnwys:

- arferion yfed personol a'r rhesymeg y tu ôl i'r rhain
- ymwybyddiaeth o effeithiau iechyd diodydd egni
- barn am y gwaharddiad arfaethedig i'r rhai dan 16, gyda'r ymestyniad posibl i'r rhai dan 18

- ymestyn y gwaharddiad i gynnwys diodydd eraill uchel mewn caffein e.e. te a choffi
- heriau cysylltiedig â rhoi'r gwaharddiad ar waith.

1.16 Roedd gan bob grŵp ffocws a gynhaliwyd gan Miller Research 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

1.17 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. Ymgysylltu â'r Cyhoedd: Ymatebion Gweithdy

2.1 Mae'r bennod hon yn cyflwyno canfyddiadau tri gweithdy gyda phlant oedran cynradd ac uwchradd, yn ogystal â rhieni a gofalwyr. Gofynnwyd cwestiynau ynghylch y cynnig i wahardd gwerthu diodydd egni i blant dan 16 mlwydd oed i'r grwpiau ffocws. Roedd y cwestiynau'n amrywio ychydig rhwng grwpiau ffocws, er mwyn bod yn briodol i'w hoedran.

Arferion Yfed

2.2 Allan o gyfanswm o saith cyfranogwr oed cynradd, dywedodd pedwar eu bod wedi rhoi cynnig ar ddiodydd egni rhywbryd, gyda thri yn honni nad ydyn nhw erioed wedi rhoi cynnig ar ddiod egni. Roedd diodydd siwgrog amgen, fel lemonêd neu cola yn fwy tebygol o gael eu hyfed yn ddyddiol neu'n wythnosol.

2.3 Roedd y rhan fwyaf o blant oed cynradd yn ymwybodol o effeithiau negyddol yfed diodydd egni, gan ddweud bod ganddyn nhw gynnwys caffeine uchel. Roedd sgil effeithiau cydnabyddedig ymhlith cyfranogwyr yn cynnwys 'cwmp' yn dilyn ymchwydd mewn egni, ac yna teimlo'n sâl.

2.4 Dywedodd pob plentyn oedran uwchradd eu bod wedi rhoi cynnig ar ddiodydd egni rhywbryd, gyda thri o bob wyth cyfranogwr yn honni eu bod yn yfed diodydd egni ar sail mwy aml. Dywedodd un cyfranogwr eu bod yn eu hyfed bob dydd cyn yr ysgol, tra bod y ddau gyfranogwr sy'n weddill yn dweud eu bod yn eu bwyta 'bob hyn a hyn' ar gyfer perfformiad ac egni chwaraeon.

2.5 Dywedodd y cyfranogwyr nad oedd yn yfed diodydd egni mai eu rheswm tu ôl i beidio â'u hyfed oedd oherwydd eu bod yn ddrwg i'ch dannedd ac iechyd cyffredinol. Roedden nhw hefyd yn teimlo bod pobl yn dod yn 'rhy ddibynnol arnyn nhw'.

2.6 Cyfoedion oedd yn yfed diodydd egni oedd fwyaf tebygol o'u hyfed ar y bws i ac o'r ysgol gyda siopau cornel y lleoliad mwyaf cyffredin i'w prynu. Yn ôl cyfranogwyr, y prif reswm pam fod cyfoedion yn prynu diodydd egni oedd oherwydd eu bod yn hawdd eu dylanwadu, gan eu hyfed er mwyn cael eu derbyn yn gymdeithasol.

2.7 Roedd y grŵp oedran uwchradd yn ymwybodol o effeithiau iechyd yfed diodydd egni, gan gyfeirio at 'gryndod' a chyfradd curiad calon uwch fel effeithiau tymor hir. Fodd bynnag, roedd y cyfranogwyr yn teimlo nad oedd llawer o gyfoedion yn ymwybodol o'r risgiau iechyd, gan feddwl nad oedden nhw'n waeth neu eu bod nhw'r un fath â diodydd siwgrog eraill.

Bwriad i wahardd gwerthu diodydd egni i blant dan 16 oed.

2.8 Roedd consensws ymhlith plant oedran cynradd y dylid gwahardd gwerthu diodydd egni i blant dan 16 oed. Roedd plant oedran uwchradd yn fwy rhanedig, gyda dau gyfranogwr o blaid y gwaharddiad, dau yn anghytuno a phedwar yn ansicr.

2.9 Ymhlith rhieni a gofalwyr roedd cytundeb cyffredinol y dylid gorfodi gwaharddiad gan eu bod yn teimlo y gall y defnydd arwain at bydredd dannedd, ymddygiad anghymdeithasol ac effeithiau iechyd anhysbys i'r rhai ar feddyginiaethau. Roedd rhai o'r cyfranogwyr wedi synnu nad oedd gwaharddiad eisoes ar waith gan ddatgan, "nid yw plant gymaint â hynny o egni". Honnodd un rhiant fod ei blentyn yn cael un yn achlysurol fel dantaith, ond nad oedd yn cael eu prynu.

Terfyn oedran gorfodol o 18 i brynu diod egni

2.10 Roedd disgyblion cynradd ac uwchradd yn erbyn codi oed y gwaharddiad i blant dan 18 oed, gan honni erbyn 16 mlwydd oedd "rydych chi'n ddigon hen i wneud eich penderfyniadau eich hun"

2.11 Roedd rhieni a gofalwyr yn fwy cefnogol i godi'r terfyn i 18, gan ddweud bod plant yn fwy ymwybodol o'u hiechyd eu hunain yn 18.

Manteision a heriau gweithredu'r gwaharddiad arfaethedig

2.12 Cododd rhieni a gofalwyr bwysigrwydd gorfodi'r gwaharddiad yn dda iddo fod yn effeithiol. Codwyd y mater o nawdd hefyd, gyda brandiau diodydd egni yn marchnata eu cynnyrch fel cynnyrch chwaraeon a diogel i'w yfed. Cyfeiriodd un cyfranogwr at y gwaharddiad ar gwmnïau sigarêts yn noddi digwyddiadau chwaraeon, ac awgrymodd y dylai gwaharddiad tebyg ar gyfer cwmnïau diod egni ddilyn eu hesiampl.

- 2.13 Roedd cyfranogwyr hefyd yn teimlo y dylai fod rhai cyfyngiadau ar sut mae diodydd egni'n cael eu pecynnu, gan y gall cwmnïau becynnu diodydd egni mewn ffordd sy'n edrych yn trendi, gan annog pobl i'w hyfed.

Ymestyn y gwaharddiad i ddiodydd eraill sydd fel arfer yn uchel mewn caffein e.e. te a choffi

- 2.14 Doedd gan blant oed cynradd fawr o farn ar p'un a ddylid ehangu'r gwaharddiad i goffi. Fodd bynnag, roedd dros hanner y grŵp yn yfed te yn rheolaidd ac felly nid oeddent yn awyddus i waharddiad ymestyn i de.
- 2.15 Roedd y grŵp oedran uwchradd yn cytuno na ddylai'r gwaharddiad gynnwys te na choffi.
- 2.16 Roedd yna gonsensws hefyd ymhlith rhieni a gofalwyr na ddylid ymestyn y gwaharddiad. Roedd hyn oherwydd nad oedd te a choffi yn cael eu hystyried yn beryglus o uchel mewn caffein nac yn achosi ymddygiad gwrthgymdeithasol.

3. Ymgysylltu â Rhanddeiliaid – Canfyddiadau digwyddiad

Cefndir

- 3.1 Mae'r adran hon yn crynhoi pwyntiau allweddol o drafodaethau grŵp a gynhaliwyd fel rhan o'r digwyddiad Amgylchedd Bwyd Iach a Diodydd Egni - Eich Barn a'ch Llais, ar 19 Gorffennaf 2022.
- 3.2 Roedd y digwyddiad yn gyfle i weithwyr iechyd proffesiynol, sefydliadau anllywodraethol perthnasol a chynrychiolwyr y diwydiant bwyd i drafod rhai o themâu allweddol dau ymgynghoriad: - 'Amgylchedd Bwyd Iach' a'r 'Cynnig i Roi Diwedd ar Werthu Diodydd Egni i Blant dan 16 oed'. Mae'r canfyddiadau isod yn canolbwyntio'n llwyr ar drafodaethau ynghylch y cynnig diodydd egni.
- 3.3 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.
- 3.4 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: Buddion a Heriau

Ydych chi'n cytuno gyda'r cynnig i wahardd gwerthu diodydd egni i blant o dan 16 mlwydd oed yng Nghymru?

- 3.5 Roedd consensws cryf yn gyffredinol gan gynrychiolwyr y dylid gwahardd gwerthiant diodydd egni i blant, gydag 87 y cant yn cytuno â gwaharddiad ar naill ai 16 neu 18 mlwydd oed. Mae hyn yn cynnwys 52 y cant o'r cynrychiolwyr sy'n cytuno y dylai'r terfyn oedran fod yn 16 oed a 35 y cant arall yn nodi y dylai'r terfyn oedran gorfodol fod yn 18 oed. Fodd bynnag, roedd holl gynrychiolwyr y diwydiant bwyd yn ansicr ynglŷn â'r cynnig.
- 3.6 Roedd y buddion a nodwyd gan grwpiau cyrff anllywodraethol yn cynnwys cyfraniad cadarnhaol tuag at leihau gordewdra plant yn ogystal â gwell iechyd meddwl a lles cyffredinol. Codwyd natur gaethiwus diodydd egni hefyd - gall gwahardd gwerthu diodydd egni i blant arwain at lai o oedolion yn cael perthynas afiach gyda diodydd egni yn y dyfodol. Roedd yr

ymatebwyr yn teimlo y byddai'r cyfyngiadau'n amlygu'r niwed sy'n cael ei achosi gan y defnydd o ddiodydd egni mewn plentyndod ac yn anfon neges glir sy'n cefnogi newid diwylliant drwy newid normau.

- 3.7 Ymhlith yr heriau a restrwyd gan grwpiau cyff anllywodraethol roedd maint a phŵer y diwydiant diod egni, a'i galluoedd marchnata, yn ogystal â phlisma'r cyfyngiad a sicrhau gorfodadwyedd. Ystyriwyd bod cyflwyno cyfyngiadau pellach yn cynyddu'r risg i blant wrthryfela er mwyn annibyniaeth.
- 3.8 Awgrymodd y cynrychiolwyr gamau gweithredu i fynd i'r afael â'r heriau a nodwyd. Roedd syniadau'n cynnwys cyfathrebu clir gyda gweithgynhyrchwyr a manwerthwyr, addysg i rieni a phlant, a mynd i'r afael â'r achos sylfaenol - pam fod pobl ifanc eisiau yfed y diodydd hyn. Ystyriwyd bod creu newid cymdeithasol trwy addysg, a'r defnydd o ddylanwadwyr cyfryngau cymdeithasol ac enwogion chwaraeon mewn ymgyrchoedd, yn meddu ar y gallu i newid meddylfryd ond cydnabuwyd y byddai hyn yn cymryd amser.
- 3.9 Dywedodd cynrychiolwyr y diwydiant bwyd i gyd, er nad oeddent yn gwrthwynebu'r cynnig mewn egwyddor, eu bod yn ansicr a ddylid ei ddarparu'n ymarferol. Fe wnaethant nodi bod bron pob adwerthwr yn cadw at y cod ymddygiad/ymarfer gwirfoddol presennol sy'n golygu peidio â gwerthu na marchnata diodydd egni i bobl dan 16 mlwydd oed. Doedden nhw ddim wedi eu hargyhoeddi y byddai deddfwriaeth neu gyfyngiadau pellach yn dod â buddion ychwanegol.
- 3.10 Roedd manteision y ddeddfwriaeth a nodwyd gan gynrychiolwyr y diwydiant bwyd yn cynnwys polisi cyson, clir a fydd yn haws i'w weithredu a'i orfodi. Cyfeiriwyd hefyd at gyfarwyddrwydd y cyfyngiadau o fewn y sector manwerthu, oherwydd bod y cyfyngiadau gwirfoddol presennol eisoes ar waith, fel budd-dal.
- 3.11 Her arall a nodwyd oedd sicrhau bod gan staff fynediad at unrhyw ganllawiau newydd a'u bod nhw'n cael eu hyfforddi i'w gorfodi. Codwyd ymwahaniad posibl â gweddill y DU fel mater posibl a allai achosi anawsterau gweithredu a chostau uwch.

Cyfyngiad oedran gorfodol o 18 mlwydd oed

- 3.12 Mae'r rhesymau dros osod terfyn oedran is o 16 ar gyfer gwerthu diodydd egni, yn hytrach na 18, yn cynnwys aliniad ag ymrwymadau diod egni Lloegr. Roedd cyfranogwyr y diwydiant bwyd yn arbennig o awyddus i'r cyfyngiad fod yn 16 mlwydd oed, gan ddadlau na ddylai diodydd egni fod ar yr un droed â diodydd alcoholig a thybaco. Cyfeiriwyd hefyd at gysondeb â'r diffiniad o blentyn yn ôl cod rheoliadau hysbysebu'r DU (sy'n diffinio plentyn fel rhai o dan 16 oed) fel rheswm dros gapio'r terfyn oedran yn 16 oed.
- 3.13 Awgrymodd y rhai oedd o blaid y cyfyngiad oedran is yn 18 mlwydd y gallai fod o fudd i'r cyfyngiad gyd-fynd â chynhyrchion eraill sydd wedi'u cyfyngu ar oedran, fel alcohol a thybaco. Y gred hefyd oedd y byddai'n anfon neges gliriach i gynnwys pob plentyn ysgol o dan y cyfyngiadau, tra bod yr oedran yn 16 mlwydd oed byddai'n "gwneud pethau'n niwlog".

A ddylai'r gwaharddiad gael ei ehangu i ystyried diodydd eraill sydd fel arfer yn uchel mewn caffeine megis te a choffi?

- 3.14 Cytunodd y diwydiant bwyd a grwpiau NGO fod hyn yn ddiangen gan nad oedd defnydd te a choffi yn broblem i blant. Roedd te a choffi yn cael eu hystyried yn eang fel diodydd â llawer llai o gaffein a chynnwys siwgr na llawer o ddiodydd egni ac, o'r herwydd, nid oeddent yn cael eu hystyried yn debyg.

Thema 2: Yr Amgylchedd Manwerthu

Ydych chi'n cytuno y dylai rhoi diwedd ar werthu diodydd egni i blant dan 16 oed gwmpasu pob siop, gan gynnwys drwy amgylcheddau ar-lein?

- 3.15 Cytunodd cyfanswm o 90 y cant o'r ymatebwyr o'r grwpiau cyrff anllywodraethol a'r diwydiant bwyd y dylai'r cynnig gynnwys pob siop, gan gynnwys ar-lein.
- 3.16 I'r grwpiau NGO, credwyd bod hyn yn darparu dull cyson a fydd yn rhoi eglurder i rieni a phobl ifanc. Drwy osgoi unrhyw fannau gwan, bydd yn sicrhau bod y cyfyngiad yn cael ei gymhwyso'n eang gan arwain at fanteision iechyd eang i blant a phobl ifanc.

- 3.17 Roedd holl gyfranogwyr y diwydiant yn teimlo y dylai fod chwarae teg i bob manwerthwr i atal mantais gystadleuol bosibl i fanwerthwyr ar-lein.
- 3.18 Roedd yr heriau a grybwyllwyd yn cynnwys anawsterau sy'n gysylltiedig â phlisma a gorfodi cyfyngiadau oedran gyda danfoniadau ar-lein, gyda'r risg ychwanegol o werthu drwy ddirprwy yn digwydd. Cyfeiriwyd at y diffyg glynu wrth gyfyngiadau sy'n seiliedig ar oedran ar gyfer alcohol ymhlith rhai siopau cornel fel arwydd y bydd hyn hefyd yn wir am gyfyngiadau diod egni. Codwyd y tebygolrwydd y bydd 'plant entrepreneuraidd' yn ei gyrchu drwy ffynonellau nad ydynt yn gyfreithlon mewn amgylcheddau nad ydynt yn cael eu rheoleiddio fel risg. Awgrymwyd yr angen i gefnogi busnesau lleol a manwerthwyr drwy wybodaeth gyson a chyfnod gweithredu fesul cam.

Beth yw eich meddyliau am gyfyngu mynediad plant a phobl ifanc at ddiodydd egni o beiriannau gwerthu?

- 3.19 Roedd cefnogaeth eang i'r cyfyngiad hwn gan y grwpiau NGO. Roedd pryderon fodd bynnag ynglŷn â sut y byddai'n cael ei blisma. Gofynnodd y cynrychiolwyr a fyddai'n bosib i beiriannau gwerthu wirio oedran. Fodd bynnag, roedd cyfyngu mynediad at ddiodydd egni hefyd yn cael ei weld fel cyfle i ail-werthuso cynnwys peiriannau gwerthu yn ehangach, fel y gellid cynnig cynhyrchion iachach.
- 3.20 Roedd gan y grwpiau diwydiant bwyd farn gyferbyniol gan eu bod yn ystyried peiriannau gwerthu yn ddi-broblem. Mae hyn yn rhannol oherwydd diffyg peiriannau gwerthu yn y rhan fwyaf o archfarchnadoedd a siopau cyfleus. Fodd bynnag, fe wnaethon nhw godi plisma'r cyfyngiadau yn effeithiol fel her. Roedden nhw'n awgrymu gosod peiriannau gwerthu nwyddau sy'n gwerthu diodydd egni mewn mannau lle mae oedolion yn bennaf yn unig. Gallai peiriannau gwerthu heb ddiodydd egni fod mewn lleoliadau lle mae plant a phobl ifanc yn fwy tebygol o fod yn bresennol.

Thema 3: Effaith ar grwpiau gwahanol

Sut ydych chi'n meddwl y gallai'r cynnig i roi diwedd ar werthu diodydd egni i blant dan 16 oed effeithio ar rai grwpiau?

Plant a Phobl Hŷn

- 3.21 Roedd y cynrychiolwyr yn teimlo y byddai plant a phobl ifanc yn cael eu heffeithio'n gadarnhaol. Mae hyn oherwydd y byddai llai o blant yn dioddef effeithiau andwyol ar iechyd, fel tynnu dannedd o dan anesthetig cyffredinol. Gallai hefyd leddfu'r elfen o bwysau gan gyfoedion sy'n ymwneud â defnyddio'r cynhyrchion hyn. Tynnodd cynrychiolwyr y diwydiant sylw at risg bosibl os yw oedran y cyfyngiad yn 18 oed yn hytrach na 16. Tynnodd cynrychiolwyr sylw hefyd at y ffaith y gallai rhai plant a phobl ifanc deimlo iddynt gael eu heffeithio'n negyddol ac felly bod angen lliniaru unrhyw adlach trwy egluro risg y cynhyrchion hyn i bobl ifanc.

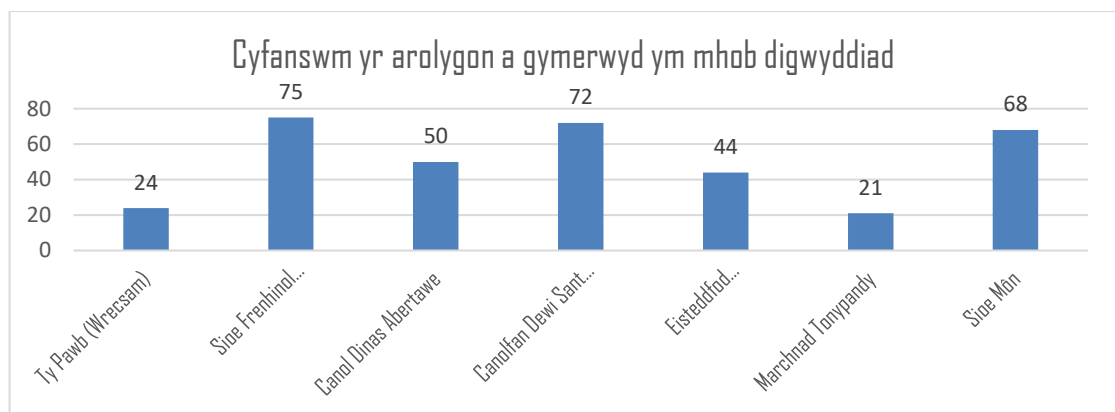
Grwpiau economaidd-gymdeithasol

- 3.22 Gallai sylwadau ar sut y gellid effeithio ar grwpiau economaidd-gymdeithasol penodol, fel y rhai mewn diweithdra neu swyddi â chyflog isel, dynnu sylw at y risg o fasnach amgen bosibl mewn diodydd egni. Ond awgrymodd grwpiau o fewn y diwydiant bwyd fod y dystiolaeth ar effaith yn gyfyngedig.

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



4.2 Mae'r canlyniadau isod ond yn tynnu sylw at y canfyddiadau sy'n berthnasol i'r ymgynghoriad diodydd egni (Cwestiwn 8 o Arolwg y Sioe Deithiol). Mae gweddill canfyddiadau'r arolwg yn ymwneud â'r ymgynghoriad amgylchedd bwyd iach ac felly maen nhw wedi'u nodi yn 'Ymgynghoriad Amgylchedd Bwyd Iach: Adroddiad Ymgysylltu a Dadansoddi'

4.3 Cwestiwn 8: Ydych chi'n meddwl ei fod yn syniad da gwahardd gwerthu diodydd egni i blant dan 16 oed?

Dewisiadau Atebion	Ymatebion	Procent	Nifer
Ydw		86.83%	290
Nac ydw		6.89%	23
Ddim yn gwybod		6.29%	21

4.4 Roedd gan y cwestiwn lefel uchel iawn o gymeradwyaeth, gydag 87 y cant o'r ymatebwyr yn cytuno na ddylid gwerthu diodydd egni i blant dan 16 mlwydd oed. Roedd y rhesymau nodweddiadol dros gymeradwyo gwaharddiad yn cynnwys cysylltiad â gorfywiogrwydd a natur gaethiwus diodydd egni:

- "Yn eu gwneud nhw'n rhy orfywiog ac fel athro mi fuaswn i'n cefnogi hyn"
- "Onid yw wedi'i wahardd yn barod?"
- "Mae'n achosi arhythmia'r galon"
- "Lefel ofnadwy o uchel o siwgr"

4.5 Roedd rhai o'r rhai a gytunodd gyda gwaharddiad yn teimlo y gallai achosi adlach:

"Ie, ond mi allai hyn eu gwneud nhw'n fwy deniadol i blant - maen nhw eisiau beth nad ydyn nhw'n gallu ei gael!"

4.6 Roedd y rhai oedd yn gwrthwynebu gwaharddiad yn teimlo mai penderfyniad y rhieni oedd beth ddylai eu plant ei yfed.