



Llywodraeth Cymru  
Welsh Government

Rhif: **WG46814**

Llywodraeth Cymru

Ymgynghoriad – crynodeb o'r ymatebion

## Diodydd Egni

Dadansoddiad o'r ymatebion i'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** © Hawlfraint y Goron 2023 ISBN ddigiol 978-1-80535-376-8

## **Trosolwg**

Mae'r ddogfen hon yn rhoi crynodeb o'r ymatebion a gafwyd i'r ymgynghoriad Diodydd Egni.

## **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](mailto: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. Diodydd Egni: Cwestiynau Ymgynghoriad 1 - 7.....	10
Cwestiwn 1: Ydych chi'n cytuno gyda'r cynnig i wahardd gwerthu diodydd egni i blant o dan 16 mlwydd oed? .....	10
Cwestiwn 2: A ddylai'r gwaharddiad gael ei ehangu i ystyried diodydd eraill sydd fel arfer yn uchel mewn caffein megis te a choffi? .....	12
Cwestiwn 3: Ydych chi'n cytuno y dylai'r gwaharddiad gwmpasu pob siop, gan gynnwys drwy amgylcheddau ar-lein? .....	14
Cwestiwn 4: Os yw plant yn cael eu hatal rhag prynu diodydd egni o beiriannau gwerthu, sut y dylid gwneud hynny? .....	15
Cwestiwn 5: Ydych chi'n meddwl y gallai'r cynigion yn y ddogfen ymgynghori gael effaith ar y rhai hynny sy'n byw mewn ardaloedd gwledig, grwpiau economaidd-gymdeithasol penodol, plant a phobl ifanc, cydraddoldeb mewn perthynas â nodweddion gwarchoddedig? .....	16
Cwestiwn 6: Pa effeithiau allai'r ymgynghoriad eu cael ar y Gymraeg? .....	18
Cwestiwn 7 Sylwadau ychwanegol .....	19

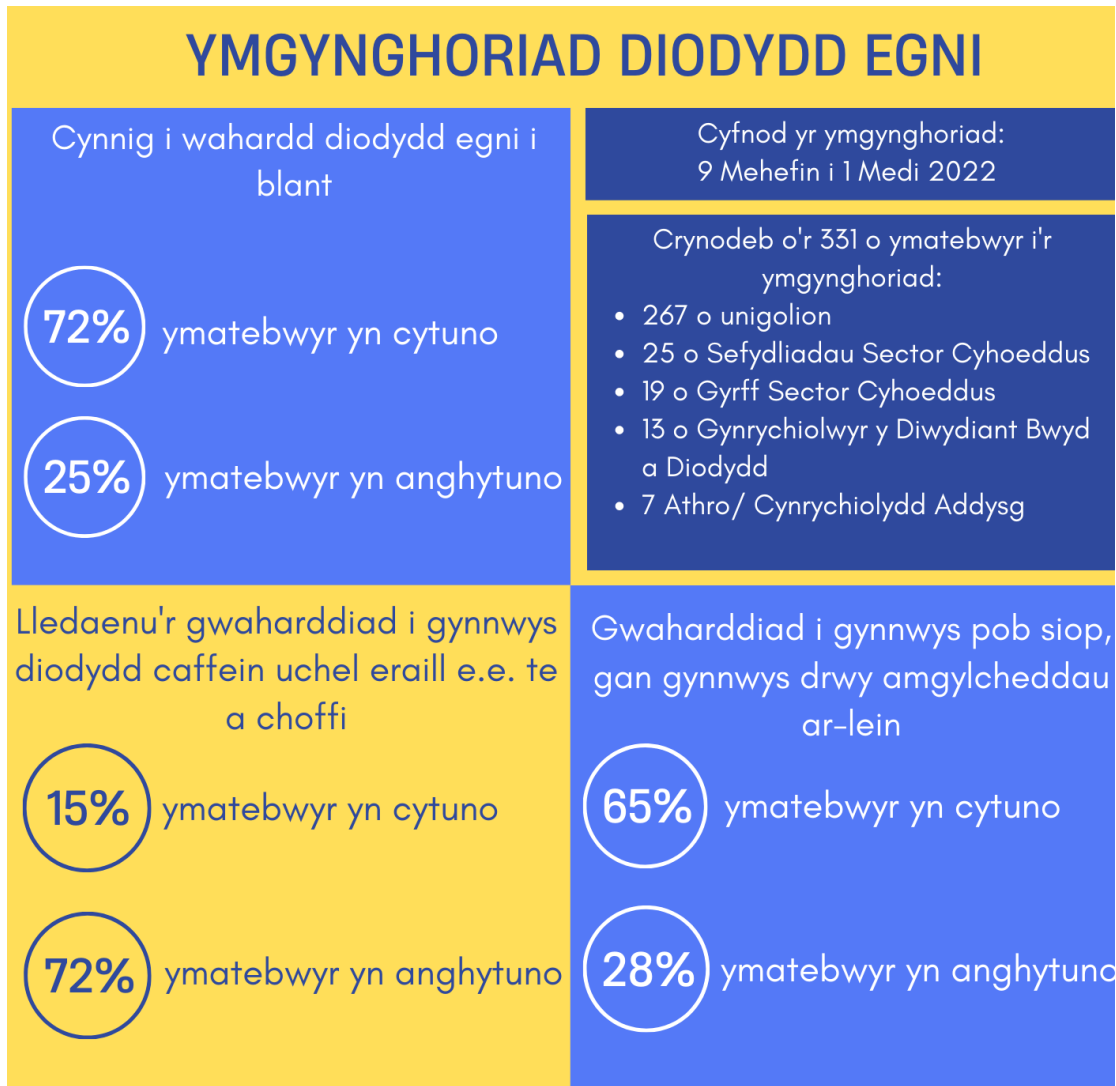
## Crynodeb Gweithredol

- i. Diodydd meddal sy'n cynnwys symbylyddion yw diodydd egni, gan gynnwys lefelau uchel o gaffein fel arfer. Mae'r diodydd ar gael yn rhwydd i blant, er gwaethaf rhai manwerthwyr yn cyflwyno cyfyngiadau yn wirfoddol.
- ii. 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.
- iii. Yng nghyd-destun y pryder sylweddol o ran iechyd y cyhoedd mae hyn yn ei gyflwyno yng Nghymru, lansiodd Llywodraeth Cymru 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.
- iv. Derbyniwyd cyfanswm o 331 o ymatebion i'r ymgynghoriad Diodydd Egni, naill ai drwy'r arolwg ar-lein llawn, drwy'r arolwg ar-lein hawdd ei ddarllen neu drwy ymatebion ysgrifenedig i flwch post Llywodraeth Cymru. Casglwyd safbwyntiau ymhlith rhanddeiliaid y sector a'r cyhoedd hefyd drwy weithdai wedi'u hwyluso gan ymgynghorwyr ymchwil annibynnol. Mae canfyddiadau'r ymgynghoriad ar-lein wedi'u nodi yn yr adroddiad hwn gyda chanfyddiadau o'r gweithdai a gynhaliwyd wedi'u harchwilio ar wahân yn 'Diodydd Egni - Ymgysylltu a Dadansoddi', a gyhoeddir ochr yn ochr â'r adroddiad hwn.
- v. Mae'r ymgynghoriad yn gofyn p'un a yw'r ymatebwyr yn cytuno, yn anghytuno neu ddim yn siŵr. Nid yw canran yr ymatebwyr sy'n ateb eu bod ddim yn siŵr neu'n gadael y cwestiwn yn wag wedi'i chynnwys o fewn y crynodeb gweithredol ond maen nhw wedi'u cynnwys o fewn y dadansoddiad cwestiwn wrth gwestiwn manylach.
- vi. Roedd yr ymatebwyr yn gryf o blaid y cynnig i wahardd gwerthu diodydd egni i blant. Roedd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr yn credu y dylai'r gwaharddiad fod yn berthnasol i rai sydd o dan 16 mlwydd oed, fel yr awgrymwyd yn y cynnig (59 y cant). Fodd bynnag, roedd rhai ymatebwyr (13 y cant), o'r farn y dylid

ehangu'r gwaharddiad ymhellach i blant o dan 18 mlwydd oed, gan sicrhau ei fod yn alinio â chyfyngiadau cynnyrch eraill sy'n gysylltiedig ag oedran. Mae hyn yn golygu bod 72 y cant o'r ymatebwyr wedi cytuno mewn egwyddor i waharddiad ar werthu diodydd egni i blant. Cyfeiriodd y rhai o blaid at y symiau mawr o gaffein, siwgr a blasau artiffisial mewn diodydd egni a'r sgil-ffeithiau posibl y gall y rhain eu hachosi.

- vii. Gyda 72 y cant o ymatebion yn ateb 'na', roedd y rhai a gymerodd ran yn yr ymgynghoriad yn amlwg yn erbyn ymestyn y gwaharddiad i ddiodydd caffein eraill, fel te a choffi.
- viii. Roedd y rhan fwyaf o ymatebwyr (65 y cant) yn credu y dylai'r gwaharddiad gwmpasu pob siop, gan gynnwys amgylcheddau ar-lein, fel ffordd o sicrhau bod 'tegwch' a chysondeb ar draws lleoliadau, ac felly gwneud y mwyaf o effaith y gwaharddiad.

**Ffigur 1 Crynodeb o'r ymatebion i'r prif gwestiynau**



# 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 eisoes i'r diodydd egni hyn ddangos rhybuddion nad ydynt yn cael eu hargymell ar gyfer plant oherwydd eu cynnwys uchel o gaffein. 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. Lanswyd 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 Derbyniwyd cyfanswm o 331 o ymatebion i'r ymgynghoriad Diodydd Egni.
- 1.8 Anfonwyd y rhan fwyaf o ymatebion gan ddefnyddio naill ai'r ffurflen ymgynghori ar-lein llawn neu hawdd ei deall. Yn ogystal â'r arolwg, cyflwynwyd ymatebion ysgrifenedig pellach i flwch post a rennir Llywodraeth Cymru gan nifer o sefydliadau a grwpiau sy'n cael eu heffeithio gan y newidiadau arfaethedig. Anfonwyd cyfanswm o 29 o ymatebion blwch post ansoddol gan amrywiaeth o sefydliadau, busnesau ac unigolion.
- 1.9 Roedd dyluniad yr holiadur yn defnyddio cyfuniad o gwestiynau agored a chaeedig, gan ganiatáu gofod i ymatebwyr roi adborth manwl, a chodi unrhyw gwestiynau neu bryderon perthnasol.
- 1.10 Mae cwestiynau 4 i 6 ond wedi'u cynnwys o fewn yr ymgynghoriad llawn. Mae'r cwestiynau eraill wedi'u cynnwys o fewn y ffurflenni ymgynghori llawn a hawdd eu deall. Mae'r data ar gyfer y ddwy fersiwn o'r ymgynghoriad wedi'u cyfuno o fewn y dadansoddiad ar gyfer y cwestiynau hyn.
- 1.11 Amlinellir dadansoddiad llawn o'r nifer o ymatebion a gafwyd yn nhabl 1. Daeth y rhan fwyaf o ymatebion i'r arolwg gan unigolion. Roedd y rhan fwyaf o'r cyrff sector cyhoeddus a ymatebodd yn awdurdodau lleol. Mae Byrddau Iechyd wedi cael eu categoreiddio sefydliadau iechyd cyhoeddus.



**Tabl 1 Crynodeb o'r ymatebwyr yn yr ymgynghoriad**

Yn ymateb ar ran:	Nifer
Unigolyn	267
Sefydliad Iechyd y Cyhoedd	25
Corff Sector Cyhoeddus	19
Y Diwydiant Bwyd a Diod	13
Athrawon/Cynrychiolwyr Addysg	7
<b>Cyfanswm</b>	<b>331</b>

- 1.12 Cafodd yr ymatebion i'r ymgynghoriad eu dadansoddi yn annibynnol a'u crynhoi i ffurfio sail i'r adroddiad hwn.
- 1.13 Derbyniwyd ymatebion i'r ymgynghoriad ar-lein mewn ffeil excel, lle cafodd ymatebion eu 'glanhau' a'u coladu i gronfa ddata ganolog. Yn dilyn hynny, cafodd y data ei godio, gydag ymatebion testun rhydd o fewn cwestiynau'r ymgynghoriad yn cael eu dadansoddi'n thematig i fynd i'r afael â themâu craidd ac ymatebion rhanddeiliaid allweddol. Defnyddiwyd tablau colyn a dadansoddiad graffigol i fesur, delweddu a chrynhoi data o gwestiynau 'ie / na' caeedig.

### **Strwythur yr Adroddiad**

- 1.14 Mae'r adroddiad hwn wedi'i strwythuro o amgylch yr ymatebion i bob cwestiwn sydd wedi'u cynnwys yn yr ymgynghoriadau llawn a hawdd eu deall. Lle bo'n berthnasol, mae crynodeb meintiol o'r data ar gyfer cwestiynau unigol yn cael eu crynhoi yn y paragraff agoriadol. Yn dilyn hyn, mae dadansoddiad o'r ymatebion ysgrifenedig i'r ymgynghoriad gan unigolion, sefydliadau iechyd cyhoeddus, cyrff yn y sector cyhoeddus (ac eithrio iechyd)<sup>1</sup>, y diwydiant bwyd a diod a chynrychiolwyr ysgolion a cholegau. Mae ymatebion gan y rhai a gyflwynodd trwy flwch post a rennir Llywodraeth Cymru hefyd wedi'u hintegreiddio i'r canfyddiadau.

<sup>1</sup> Mae ymatebwyr o'r Diwydiant Bwyd a Diod yn cynnwys Masnachwyr, Cymdeithasau Masnachu, a Gwneuthurwyr Bwyd a Diod

## 2. Diodydd Egni: Cwestiynau Ymgynghoriad 1 - 7

2.1 Mae'r adran hon yn darparu dadansoddiad o ymatebion ar draws pob cwestiwn yn yr arolwg. Mae ymatebion wedi'u dadansoddi i feithrin synnwyr o deimlad cyffredinol, themâu allweddol, a meysydd o bryder a meysydd dadleuol.

### Cwestiwn 1: Ydych chi'n cytuno gyda'r cynnig i wahardd gwerthu diodydd egni i blant o dan 16 mlwydd oed?

Tabl 2: Ymateb i Cwestiwn 1

	Y Diwydiant Bwyd a Diod	Unigolyn	Y sector Cyhoeddus	Addysg	Iechyd	% o'r ymatebion
Ddim yn gwybod		3	1			1
Na - dylai'r cyfyngiad oedran fod yn 18	1	36	1	4	2	13
Na - ni ddylai fod unrhyw gyfyngiadau oedran gorfodol	5	75			3	25
Ydw	3	153	16	3	18	59
Gwag	2		1		2	2
<b>Cyfanswm</b>	<b>13</b>	<b>267</b>	<b>19</b>	<b>7</b>	<b>25</b>	<b>100</b>

2.2 Roedd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr (72 y cant) o blaid gwahardd gwerthu diodydd egni i blant. Mae hyn yn cynnwys 59 y cant o'r ymatebwyr a oedd yn credu y dylai'r cyfyngiad oedran fod yn berthnasol i'r rhai o dan 16 mlwydd oed, a 13 y cant a oedd yn dadlau y dylai'r terfyn oedran is fod yn 18 oed.

2.3 Roedd mwyafrif cryf o'r ymatebwyr unigol yn cefnogi gwahardd diodydd egni i blant, gyda llawer yn poeni am y swm mawr o gaffein, siwgr, a blasau artiffisial wedi'u cynnwys mewn diodydd o'r fath. Roedd llawer o'r ymatebwyr unigol yn rhieni ac yn teimlo bod diodydd egni yn cael effaith negyddol ar allu plant i ganolbwyntio a'u hymddygiad.

- 2.4 I'r unigolion hynny oedd yn gwrthwynebu gwaharddiad, roedd y rhan fwyaf yn credu y dylai'r penderfyniad i brynu diodydd egni fod i lawr i'r unigolyn neu eu rhieni. Fe wnaethon nhw ddweud y dylai'r pwyslais fod ar addysg, nid cyfyngiadau.
- 2.5 Roedd pob un o'r saith a ymatebodd o'r sector addysg yn cefnogi gwaharddiad, gyda'r rhan fwyaf yn meddwl y dylai'r terfyn oedran is fod yn 18 oed. Pwysleisiodd y sylwadau y niwed gall diodydd egni achosi i bobl ifanc.
- 2.6 Roedd ymatebwyr o iechyd y cyhoedd a sefydliadau eraill o'r sector cyhoeddus ehangach hefyd ran amlaf o lawer o blaid gwahardd mynediad at ddiodydd egni i blant, gyda'r rhan fwyaf yn meddwl y dylai'r cyfyngiadau fod ar gyfer y rhai o dan 16 mlwydd oed. Nododd sylwadau nodweddiadol yr effeithiau iechyd negyddol sy'n gysylltiedig â diodydd egni, eu priodweddau caethiwus, a'r lefel isel o ymwybyddiaeth o'r risgiau hyn ymhlith plant a phobl ifanc. Mae materion iechyd penodol sy'n cael eu codi yn cynnwys y risg o bydredd dannedd a gordewdra. Nodwyd gan un sefydliad yn y sector iechyd y cyhoedd y dylid cael cysondeb rhwng cyfyngiadau oedran eraill sy'n seiliedig ar iechyd, fel prynu sigarêts, alcohol, a gamblo sydd wedi'u gwahardd o dan 18 mlwydd oed.
- 2.7 Roedd y rhan fwyaf o ymatebwyr y diwydiant bwyd a diod yn gwrthwynebu'r gwaharddiad yn llwyr. Roedd yr ymatebwyr yn cydnabod risg diodydd egni i blant ond roeddent yn credu bod y gofyniad presennol i ddiodydd egni gario rhybudd ochr yn ochr â mesurau gwirfoddol mewn lle i atal gwerthu diodydd egni i blant yn ddigonol. Yn ôl un o ymatebwyr o'r diwydiant bwyd a diod, does "dim digon o dystiolaeth wyddonol i gefnogi gwaharddiad o'r fath". Teimlwyd hefyd na fyddai'r gwaharddiad gwerthu yn mynd i'r afael â'r rhan fwyaf o gynnwys caffeine mewn amrywiaeth eang o ddiodydd eraill sy'n cael eu hyfed gan blant. Nodwyd, pe byddai gwaharddiad yn cael ei gyflwyno, y byddai gosod cyfyngiad oedran 18, yn hytrach 16, yn llai heriol i'w roi ar waith oherwydd argaeledd cynlluniau gwirio oedran swyddogol.

## Cwestiwn 2: A ddylai'r gwaharddiad gael ei ehangu i ystyried diodydd eraill sydd fel arfer yn uchel mewn caffein megis te a choffi?

**Tabl 2 Ymateb i Cwestiwn 2**

	Y Diwydiant Bwyd a Diod	Unigolyn	Y Sector Cyhoeddus	Addysg	Iechyd	% o'r ymatebion
Na	8	197	13	4	16	<b>72</b>
Ddim yn Siŵr	1	26	3		4	<b>10</b>
Ydw	2	41	1	3	4	<b>16</b>
Gwag	2	3	2		1	<b>2</b>
<b>Cyfanswm</b>	<b>13</b>	<b>267</b>	<b>19</b>	<b>7</b>	<b>25</b>	<b>100</b>

- 2.8 Roedd consensws clir yn gyffredinol na ddylid ehangu'r gwaharddiad i gynnwys te a choffi, gyda 72 y cant o'r ymatebwyr yn ateb 'na'.
- 2.9 Roedd y rhan fwyaf o unigolion yn gwrthwynebu ymestyn y gwaharddiad ac yn dadlau nad yw plant yn cael eu denu i yfed te a choffi yn yr un modd â diodydd egni. Nodwyd y gallai llawer o blant hŷn helpu gyda'r siop wythnosol, efallai fel gofalwyr, ac na ddylid ei hatal rhag prynu nwyddau hanfodol i'r cartref. Dadleuwyd hefyd bod y swm o gaffein mewn te neu goffi fel arfer yn llawer llai na'r hyn a geir mewn diodydd egni.
- 2.10 Roedd unigolion oedd yn credu y dylid ymestyn y gwaharddiad yn teimlo bod neges gyson yn bwysig. Fe wnaethon nhw hefyd godi pryderon bod siopau coffi, a diodydd coffi llawn siwgr, yn apelio at blant. Amlygodd un sylw fod nootropeg caffein uchel yn cael eu marchnata'n drwm mewn myfyrwyr a chwaraewyr gemau fideo ar-lein.
- 2.11 Nid oedd y rhan fwyaf o sefydliadau yn cytuno y dylai'r gwaharddiad ystyried diodydd eraill fel te a choffi. Roedd yr ymatebwyr yn teimlo bod diodydd o'r fath yn cynnwys llai o gaffein a siwgr ac, beth bynnag, yn cael eu hyfed yn arafach ac mewn symiau llai na diodydd egni. Cafwyd sylwadau hefyd nad yw te a choffi yn cael ei farchnata mewn ffordd sy'n apelio at blant, ac felly nad oes ganddynt yr un poblogrwydd.

- 2.12 Mynegwyd rhywfaint o bwyll gan sefydliadau iechyd cyhoeddus a awgrymodd bod angen diffiniadau clir o ran beth yw diod egni. Roedd galw am gynnal rhagor o ymchwil ar ddiodydd caffein uchel eraill. Gwelwyd bod cynnydd wedi bod mewn tuniau coffi oer mewn archfarchnadoedd, yn ogystal â diodydd coffi glwcos uchel yn cael eu gwerthu mewn caffis. Awgrymwyd y gall eu defnydd gynyddu, yn enwedig o'u paru â gwahardd diodydd egni.
- 2.13 Roedd cyrff y sector cyhoeddus gan amlaf yn credu na ddylai'r gwaharddiad gwmpasu te a choffi gan fod tystiolaeth yn awgrymu nad yw'r rhai o dan 16 oed yn yfed symiau gormodol, tra bod rhai plant yn yfed nifer o ddiodydd egni mewn diwrnod. Fodd bynnag, awgrymodd cyrff y sector cyhoeddus bod angen labelu cliriach ar yr holl ddiodydd caffein i ddangos faint o gaffein sydd mewn cynnyrch yn erbyn y lefelau a argymhellir i'w yfed.
- 2.14 Awgrymodd ymatebion o'r diwydiant bwyd a diod bod y rhan fwyaf yn anghytuno gyda'r cysyniad o gynnwys a te a choffi yng nghwmpas y gwaharddiad ar ddiodydd egni. Y rhesymau dros hyn oedd bod gan y diwydiant coffi safle hirsefydlog nad yw'n gynnwys sy'n cael ei farchnata tuag at blant. Teimlwyd hefyd fod te a choffi yn ffynonellau hysbys a dealedig iawn o gaffein naturiol, sy'n ddiogel i blant os yw'n cael ei yfed yn achlysurol ac mewn symiau bach. Nodwyd hefyd, ar gyfer plant iau, siocled a diodydd cola oedd y ffynhonnell bennaf o gaffein.
- 2.15 Roedd yna gwpl o ymatebwyr o'r diwydiant bwyd a diod oedd yn cytuno gydag ymestyn y gwaharddiad i de a choffi. Dadleuodd un ymatebwr nad yw'r caffein yn y diodydd hyn yn wahanol i'r hyn sy'n bresennol mewn diodydd egni, ac felly byddai peidio â chynnwys y diodydd hyn yn gwahaniaethu ac yn fympwyol. Dadleuodd ymatebwr arall fod dros 90 y cant o gyfanswm y caffein dyddiol sy'n cael ei yfed gan bobl ifanc yn dod o ffynonellau heblaw diodydd egni, ac felly dylid ystyried te a choffi yn llawn.

**Cwestiwn 3: Ydych chi'n cytuno y dylai'r gwaharddiad gwmpasu pob siop, gan gynnwys drwy amgylcheddau ar-lein?**

**Tabl 4 Ymatebion i Cwestiwn 3**

	Y Diwydiant Bwyd a Diod	Unigolyn	Y Sector Cyhoeddus	Addysg	Iechyd	% o'r ymatebion
Na	3	87			3	28
Ddim yn Siŵr	1	9	1	1	1	4
Ydw	4	168	16	6	20	65
Gwag	5	3	2		1	3
<b>Cyfanswm</b>	<b>13</b>	<b>267</b>	<b>19</b>	<b>7</b>	<b>25</b>	<b>100</b>

- 2.16 Cytunodd y mwyafrif o ymatebwyr (65%) y dylai'r gwaharddiad gwmpasu pob siop, gan gynnwys amgylcheddau ar-lein.
- 2.17 Roedd unigolion oedd yn cytuno gyda'r gwaharddiad yn cwmpasu pob siop, gan gynnwys amgylcheddau ar-lein, yn dadlau y byddai plant a phobl ifanc yn dal i allu cael diodydd egni oni bai bod y gwaharddiad yn gyffredinol, o lefydd amgen. Dywedodd yr ymatebwyr hefyd ei bod hi'n hawdd iawn ar hyn o bryd i brynu diodydd egni a chynhyrchion caffein uchel eraill mewn swmp ar-lein.
- 2.18 I unigolion oedd yn anghytuno gyda'r gwaharddiad gan gynnwys pob lleoliad manwerthu, dywedodd rhai y byddai'n amhosib gorfodi cynnwys amgylcheddau ar-lein a pheiriannau gwerthu yn y gwaharddiad.
- 2.19 Roedd gan sefydliadau iechyd cyhoeddus a chyrrff sector cyhoeddus lefel uchel iawn o gefnogaeth i'r gwaharddiad yn cynnwys yr holl leoliadau manwerthu. Roedden nhw'n dadlau bod plant yn tueddu i fod ar-lein yn aml, a byddai cynnwys cyfyngiadau ar-lein yn alinio diodydd egni â chyfyngiadau cynnyrch eraill fel tybaco ac alcohol. Roedd hefyd yn cael ei ystyried yn bwysig er mwyn gwneud yn siŵr nad oedd plant yn gallu prynu diodydd egni o ganolfannau hamdden a chlybiau chwaraeon. Fe wnaeth sefydliadau hefyd

gyfeirio at bwysigrwydd meddwl o ddifrif am sut y byddai hyn yn cael ei roi ar waith a'i fonitro, er mwyn sicrhau cydymffurfiaeth.

- 2.20 Casglodd un sefydliad iechyd y cyhoedd adborth gan bobl ifanc ar y mater, gan adrodd fod y grŵp yn cytuno ar ddull cyson ar draws pob amgylchedd. Fe wnaeth sefydliadau hefyd gyfeirio at bwysigrwydd meddwl o ddifrif am sut y byddai hyn yn cael ei roi ar waith a'i fonitro, er mwyn sicrhau cydymffurfiaeth.
- 2.21 Roedd y diwydiant bwyd a diod yn fwy rhanedig ar y mater. Roedd y rhai o blaid y gwaharddiad yn cwmpasu pob siop, gan gynnwys yr amgylchedd ar-lein, yn credu y byddai hyn yn rhoi eglurder i'r defnyddiwr ac ecwiti yn y sector. Fodd bynnag, dywedodd eraill y gallai sefydlu systemau gwirio oedran sydd ond yn berthnasol i ddanfôn nwyddau yng Nghymru fod yn anodd.

#### **Cwestiwn 4: Os yw plant yn cael eu hatal rhag prynu diodydd egni o beiriannau gwerthu, sut y dylid gwneud hynny?**

- 2.22 Roedd yr awgrym na ddylid gwerthu diodydd egni mewn peiriannau gwerthu o gwbl yn gyffredin i unigolion ac i'r rhai o fewn iechyd cyhoeddus, y sector cyhoeddus ac addysg. Teimlwyd gan lawer y byddai unrhyw beth heblaw gwaharddiad blanced yn arwain at werthiant dan oed ac yn tanseilio'r ddeddfwriaeth. Cyfeiriwyd at dynnu cynnyrch tybaco o beiriannau gwerthu yng Nghymru nôl yn 2012 dro ar ôl tro fel proses a gafodd ei rhoi ar waith a'i monitro'n llwyddiannus, gan arwain at effaith bellgyrhaeddol, ac felly gellid dysgu ohono. Awgrymodd yr ymatebwyr hefyd y byddai cael gwared ar ddiodydd egni o beiriannau gwerthu yn golygu na fyddai modd marchnata diodydd egni mor hawdd i apelio'n uniongyrchol at blant a phobl ifanc
- 2.23 Roedd ymatebwyr eraill, yn enwedig y rhai o'r diwydiant bwyd a diod yn dadlau nad oes angen gwaharddiad ar werthu diodydd egni mewn peiriannau gwerthu ac y byddai'n anfantais anghymesur i'r mwyafrif o gwsmeriaid, y mae peiriannau gwerthu yn darparu cyfleuster hunanwasanaeth cyfleus ar eu cyfer.

- 2.24 Awgrymodd llawer o'r ymatebwyr y gallai gwaharddiad ddibynnu ar y lleoliad. Gallai eithriadau i'r gwaharddiad fod ar waith ar gyfer lleoliadau gydag oedolion yn bennaf. Gallai'r rhain gynnwys gweithleoedd, safleoedd cyfanwerthu, safleoedd manwerthu a chaffeterias. Byddai'r gwaharddiad mewn lleoliad fel ysgolion, ysbytai a chanolfannau hamdden cyhoeddus. Cyfeiriwyd hefyd fod sicrhau fod safleoedd y sector cyhoeddus yn dilyn canllawiau gwerthu iach yn bwysig yn arbennig i'r rhain yn iechyd y cyhoedd a'r sector cyhoeddus. Awgrymodd y rhai o'r diwydiant bwyd, os bydd gwaharddiad yn cael ei weithredu, y byddai cynnwys eithriadau yn lleihau'r effaith ar werthiant ac yn caniatáu mynediad i ddefnyddwyr sy'n oedolion.
- 2.25 Os yw peiriannau gwerthu yn parhau i werthu diodydd egni, cydnabuwyd yn eang nad oes ateb gwirio oedran syml y gellir ei gymhwyso. Fodd bynnag, roedd rhai awgrymiadau ynghylch sut y gellid gwahardd plant neu eu hannog i beidio prynu. Roedd y rhain yn cynnwys:
- arwyddion clir a chyson yn tynnu sylw at y rhybuddion iechyd a'r cyfyngiadau oedran ar werthu'r cynhyrchion hyn
  - peiriannau gwerthu angen tocyn, sy'n cael eu gwerthu gan berson
  - peiriannau gwerthu mewn golwg o staff sy'n gallu monitro defnydd a chynhyrchion a brynwyd
  - peiriannau gwerthu angen taliad cerdyn banc neu gerdyn credyd.

**Cwestiwn 5: Ydych chi'n meddwl y gallai'r cynigion yn y ddogfen ymgynghori gael effaith ar y rhai hynny sy'n byw mewn ardaloedd gwledig, grwpiau economaidd-gymdeithasol penodol, plant a phobl ifanc, cydraddoldeb mewn perthynas â nodweddion gwarchoddedig?**

#### **Grwpiau Economaidd-Gymdeithasol**

- 2.26 Dywedodd ymatebwyr unigol y byddai'r gwaharddiad yn effeithio mwy ar y rhai mewn ardaloedd tlotach na'r rhai sy'n byw mewn ardaloedd mwy cefnog gan fod plant a phobl ifanc o grwpiau economaidd-gymdeithasol is yn fwy tebygol o brynu diodydd egni.



2.27 Gwnaeth nifer o sefydliadau sector cyhoeddus ac iechyd cyhoeddus hefyd sylwadau ar y cysylltiad rhwng y defnydd o ddiodydd egni a statws economaidd is. Fe wnaeth sefydliad yn y sector cyhoeddus gyfeirio at astudiaeth a oedd yn dangos bod y rhai sy'n derbyn pryddau ysgol am ddim dros ddwywaith yn fwy tebygol o yfed diodydd egni yn rheolaidd. Yn ogystal, mae'r rhai o grwpiau economaidd-gymdeithasol is hefyd yn fwy tebygol o fod â chyfraddau uwch o ordewdra a phydredd dannedd. Trwy atal gwerthu diodydd egni i blant a phobl ifanc, mae'r potensial yma i gael effaith gadarnhaol ar gyffredinolrwydd pwysau iach ac iechyd y geg da yn y boblogaeth gyfan ac i leihau anghydraddoldebau iechyd ar gyfer y cyflyrau hyn.

### **Hil**

2.28 Nododd sefydliad iechyd y cyhoedd fod pobl o gefndiroedd Du Affricanaidd, Affricanaidd Caribiaidd, a De Asiaidd mewn mwy o berygl o ddatblygu clefyd siwgr Math 2 o oedran ifanc o'i gymharu â phoblogaethau Gwyn. Byddai'r gwaharddiad arfaethedig ar ddiodydd egni, gyda'i gynnwys siwgr uchel yn aml, yn cael effaith gadarnhaol ar y cymunedau hyn.

### **Rhyw**

2.29 Amlygwyd gan sawl sefydliad iechyd y cyhoedd y byddai'r gwaharddiad yn cael effaith gadarnhaol ar iechyd dynion gan fod dynion ifanc yn bennaf yn yfed mwy o ddiodydd egni na merched. Rhoddodd un ymatebwr iechyd y Cyhoedd enghraifft o adolygiad systematig a ddaeth i'r casgliad bod dynion yn fwy tebygol o yfed symiau uwch o ddiodydd egni na merched.

### **Oedran**

2.30 Nododd nifer o ymatebwyr unigol y byddai'r gwaharddiad yn effeithio'n negyddol ar bobl ifanc gan y byddai'n cyfyngu ar eu rhyddid dewis. Awgrymwyd y gallai'r gwaharddiad hwn arwain at ddiwylliant o bobl hŷn ac oedolion yn prynu diodydd egni i bobl iau. Roedd pryder hefyd am yr effaith y byddai'r gwaharddiad yn ei gael ar bobl ifanc â diabetes sydd weithiau angen cael mynediad brys at ddiodydd siwgr, fel diodydd egni, er mwyn cynnal lefelau siwgr yn y gwaed

- 2.31 Dywedodd ymatebwyr unigol eraill yn ogystal â llawer o'r sector cyhoeddus ac ymatebwyr iechyd cyhoeddus y byddai hyn yn effeithio'n gadarnhaol ar bobl ifanc a phlant. Byddai lleihau faint o gaffein a siwgr sy'n cael ei fwyta yn fuddiol i iechyd corfforol, meddyliol a llafar plant, yn ogystal â gwella ymddygiad.
- 2.32 Nododd un ymatebwr o'r diwydiant bwyd a diod y byddai cyflwyno gwaharddiad gwerthu yn cael effaith negyddol ar blant. Gallai gwaharddiad wneud diodydd egni yn fwy apelgar i blant neu efallai y byddan nhw'n troi at gynnyrch amnewid fel diodydd coffi, sydd yn eu barn nhw â chaffein a chynnwys siwgr uwch.

### **Cwestiwn 6: Pa effeithiau allai'r ymgynghoriad eu cael ar y Gymraeg?<sup>2</sup>**

- 2.33 Roedd consensws cyffredinol ymhlith ymatebwyr na fyddai'r gwaharddiad arfaethedig ar ddiodydd egni yn effeithio ar yr iaith Gymraeg. Fodd bynnag, nododd nifer o ymatebwyr gyfleoedd posibl yn y dyfodol ar gyfer cynwysoldeb drwy ddefnyddio negeseuon dwyieithog.
- 2.34 Nododd nifer o ymatebwyr unigol y dylai hynny gynnwys arwyddion dwyieithog i hysbysu defnyddwyr o'r gwaharddiad ar werthu diodydd egni i bobl dan 16 oed. Amlygwyd hefyd bod cyfleoedd i ddefnyddio terminoleg neu arwyddeiriau sy'n benodol i'r Gymraeg mewn ymgyrchoedd codi ymwybyddiaeth.
- 2.35 Fe wnaeth ymatebwyr y sector cyhoeddus a sefydliadau iechyd cyhoeddus hefyd ddweud nad oes effaith uniongyrchol ar y Gymraeg. Fodd bynnag, fe wnaethant amlygu y dylai unrhyw gyfathrebu neu ymgyrchoedd cysylltiedig gydymffurfio â Safonau'r Gymraeg. Roedd awgrym y gallai fod deialog gyda gwneuthurwyr peiriannau gwerthu i greu lle ar gyfer cyfarwyddiadau dwyieithog ar y peiriannau yng Nghymru.

---

<sup>2</sup> Mae hwn yn gwestiwn gorfodol sy'n cael ei gynnwys yn holl ymgynghoriadau Llywodraeth Cymru.

## Cwestiwn 7 Sylwadau ychwanegol

- 2.36 Nododd llawer o'r ymatebwyr unigol a oedd wedi ymateb i'r arolwg ar-lein yr effeithiau negyddol mae diodydd egni yn eu cael ar bobl ifanc. Mae'r rhain yn cynnwys magu pwysau a phydredd dannedd a achosir gan gynnwys siwgr uchel llawer o ddiodydd egni. Roedden nhw hefyd yn cynnwys materion ymddygiadol fel gorfywiogrwydd a diffyg canolbwytio.
- 2.37 Awgrymodd ymatebwyr unigol hefyd, ochr yn ochr â'r gwaharddiad arfaethedig, y dylai fod ymdrechion parhaus i ddatblygu gwybodaeth a dealltwriaeth plant a phobl ifanc ynghylch canlyniadau iechyd niweidiol o yfed diodydd egni. Gallai hyn gael ei adeiladu i wersi ysgol neu raglenni mwy anffurfiol fel y Rhaglen 'Bwyd a Hwyl' Cyfoethogi Gwyliau Ysgol.
- 2.38 Roedd unigolion eraill yn credu bod y niwed sy'n gysylltiedig â diodydd egni wedi cael ei orliwio ac y gallai fod budd i ddiodydd egni, fel "defnyddiol i blant ysgol wrth chwarae chwaraeon". Roedden nhw'n credu y byddai addysgu plant am effeithiau posib diodydd egni yn well na gwaharddiad.
- 2.39 Tynnodd athro sylw at y ffaith bod yfed diodydd egni wedi effeithio'n negyddol ar ddatblygiad dysgu plant, gyda diodydd egni yn amlwg yn gwaethygu ymddygiad eu myfyrwyr.
- 2.40 Nododd ymatebwr sefydliad iechyd cyhoeddus fod y lefelau uchel o gaffein mewn diodydd egni yn cyfrannu at ystod eang o faterion iechyd. Byddent yn croesawu ymchwil pellach i'r defnydd o gynhyrchion gyda llawer o gaffein gan blant ac awgrymodd asesiad effaith barhaus o unrhyw waharddiad ar werthu diodydd egni i blant. Fe wnaeth awgrym pellach argymhell y dylai unrhyw ymgyrch codi ymwybyddiaeth hefyd hybu ymddygiad iachach arall, fel yfed dŵr.
- 2.41 Amlygwyd gan sawl ymatebwr o sefydliadau'r Sector Cyhoeddus bod yn rhaid i unrhyw reoliadau a gyflwynwyd fod yn gyson â chyfyngiadau sydd ar waith mewn rhannau eraill o'r DU er mwyn sicrhau rhwyddineb a chysondeb i fusnesau sy'n manwerthu diodydd egni uchel yng Nghymru a Lloegr.
- 2.42 Amlygodd sefydliadau bwyd a diod ei bod yn bwysig bod unrhyw ddeddfwriaeth sy'n dod i rym ynglŷn â gwahardd diodydd egni i blant yn glir ac yn nodi manylion bod y gwaharddiad gwerthu gorfodol yn berthnasol i

ddiodydd symbylydd caffein uchel yn unig ac nid pob diodydd yn yr is-gategori egni ehangach. Nodwyd hefyd y byddai o leiaf 12 mis yn gyfnod gweithredu priodol ar gyfer cyflwyno cyfyngiad oedran statudol newydd ar gyfer diodydd egni. Byddai hyn yn rhoi digon o amser i gyfathrebu'r rheoliadau newydd â gweithwyr a chodi ymwybyddiaeth ymhlith defnyddwyr i sicrhau pontio llyfn.