Tuag Gymru ddi-fwg

Ein Cynllun Cyflawni ar gyfer 2022-2024

Crynodeb hawdd ei ddeall

Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Helo

Mae Llywodraeth Cymru am i bawb yng Nghymru gael bywyd iach a hir.

Felly, rydym ar daith lle mae llai o bobl yn ysmygu ac yn defnyddio tybaco yng Nghymru.

Mae ysmygu yn broblem iechyd.

Mae tybaco'n cynnwys nicotin, sy'n gaethiwus ac yn anodd rhoi'r gorau iddi.

Mae mwg tybaco yn cynnwys dros 5,000 o gemegion niweidiol ac mae nifer o'r rhain yn niweidiol.

Ein Gweledigaeth

Rydym am fod yn Gymru ddi-fwg erbyn 2030.

Mae di-fwg yn golygu bod 5% neu lai o oedolion yng Nghymru yn ysmygu.

Mae bod yn genedl ddi-fwg:

- yn helpu i amddiffyn pawb rhag mwg ail-law
- yn lleihau salwch a marwolaethau
- yn newid agweddau at ysmygu fel nad yw'n beth arferol i'w wneud
- yn cymell ysmygwyr i roi'r gorau iddi
- yn lleihau nifer y bobl sy'n dechrau ysmygu.

Felly, mae gennym Strategaeth Rheoli Tybaco newydd i Gymru. Gallwch ddarllen amdano yma:
llyw.cymru/strategaeth-rheoli-tybaco-i-gymru-ar-cynllun-cyflawni

I gefnogi'r strategaeth hon, rydym yn sefydlu cyfres o gynlluniau gweithredu 2 flynedd

Mae'r ddogfen hon yn dweud wrthych am ein

Cynllun Cyflawni 2022-2024

Mae ganddo 5 maes.

Maes 1:

Gwneud amgylcheddau di-fwg

Rydyn ni i gyd yn symud o gwmpas. Rydyn ni'n mynd i'r ysgol, i weithio, i siopau gwahanol. Rydyn ni'n cymryd rhan mewn gweithgareddau, yn cwrdd â ffrindiau a theulu. Mae sicrhau bod y lleoedd hyn yn ddi-fwg yn gwneud gwahaniaeth mawr. Mae'n atal pobl rhag anadlu mwg ail-law a all fod yn niweidiol ac yn newid agweddau at ysmygu felly nid yw ysmygu'n cael ei ystyried yn beth arferol i'w wneud.

Rydyn ni eisoes wedi cymryd camau tuag at fod yn ddi-fwg, er enghraifft y tu mewn i adeiladau yn ogystal ag mewn ysgolion a meysydd chwarae cyhoeddus.

Yn 2007
gwaharddwyd ysmygu mewn bwytai a mannau dan do fel bwytai.

Yn 2015
gwaharddwyd ysmygu mewn ceir gyda phlant.

Yn 2021
gwaharddwyd ysmygu mewn mannau awyr agored o amgylch ysbytai, ysgolion a meysydd chwarae.

Mae hyn wedi lleihau nifer yr oedolion sy'n agored i fwg ail-law o:

Mae sigaréts ac e-sigaréts hefyd yn niweidio'r amgylchedd. Nid yn unig mae'n cymryd llawer o dir, dŵr ac ynni i wneud sigaréts, ond mae hidlyddion sigaréts yn cael eu gwneud o blastig, sy'n gallu aros yn yr amgylchedd am hyd at 14 mlynedd.

Mae ysmygu hefyd yn cael effaith fawr ar y sbwriel ar ein strydoedd gydag un arolwg yn ei ganfod mewn 80% o strydoedd Cymru.

Yn 2022-2024 byddwn yn:

- → gwirio a chefnogi llefydd fel ysbytai, ysgolion, a lleoliadau gofal plant eraill fel bod eu hardaloedd awyr agored yn aros yn fannau di-fwg
- → gweld a oes mannau eraill a allai fod yn ddi-fwg
- → annog y sefydliadau rydym yn gweithio gyda nhw i hyrwyddo lleoedd di-fwg
- → gweithio gyda Llywodraethau'r DU, yr Alban a Gogledd Iwerddon i fynd i'r afael ag effeithiau ysmygu.

Maes 2:
Cefnogi syniadau newydd a gwella cefnogaeth

Mae llawer o bolisïau a rhaglenni yng Nghymru sy'n helpu i leihau ysmygu.

Y llynedd, cafodd dros **14,800** o bobl gymorth i roi'r gorau i ysmygu o'r rhaglen **Helpa Fi I Stopio.**

Mae rhai pobl yn defnyddio e-sigaréts i'w helpu i roi'r gorau i ysmygu. Er ein bod yn gwybod bod defnyddio e-sigaréts yn llai niweidiol nag ysmygu tybaco, nid ydym yn gwybod pa effeithiau hirdymor y gallant eu cael ac ni ddylent gael eu defnyddio gan blant, pobl ifanc na phobl nad ydynt yn ysmygu.

Rydym am barhau i wella sut rydym yn atal pobl rhag dechrau ysmygu a sut rydym yn helpu pobl sy'n ysmygu, i roi'r gorau iddi. Felly, byddwn yn parhau i edrych ar ffyrdd newydd o weithio ac ar dechnoleg newydd, yn ogystal â dysgu o'r hyn sy'n gweithio'n dda mewn gwledydd eraill.

> **Enghraifft**
> Yng Nghanada, mae Model Ottawa ar gyfer Rhoi'r Gorau i Ysmygu wedi helpu pobl sy'n aros yn yr ysbyty i roi'r gorau i ysmygu.

Yn 2022-2024 byddwn yn:

- → dechrau gwasanaeth i bobl sy'n smygu ac yn mynd i aros yn yr ysbyty, i stopio smygu
- → helpu pobl i beidio dechrau smygu yn y lle cyntaf
- → helpu pobl i roi'r gorau i smygu
- → drych ar sut y gall e-sigaréts a chynhyrchion nicotin eraill helpu pobl i roi'r gorau i smygu.

Maes 3:

Helpu grwpiau blaenoriaeth

Rydyn ni'n gwybod bod ysmygu yn fwy cyffredin mewn rhai cymunedau nag mewn cymunedau eraill. Mae rhai grwpiau o bobl hefyd yn fwy tebygol o ysmygu nag eraill:

- pobl sy'n byw mewn ardal fwy difreintiedig, gan gynnwys rhai pobl ifanc sy'n byw yn yr ardaloedd hyn
- pobl â chyflyrau iechyd meddwl
- pobl o rai cefndiroedd ethnig
- pobl o'r gymuned LGBTQ+
- pobl feichiog.

Yn 2022-2024 byddwn yn:

→ edrych ar sut allwn ni helpu grwpiau o bobl fel nad ydyn nhw'n dechrau smygu, neu eu cefnogi i roi'r gorau iddi yn y ffyrdd gorau

→ gweithio gyda phobl mewn grwpiau blaenoriaeth a'u cynnwys mewn cynllunio cymorth

→ cynyddu'r gefnogaeth i bobl feichiog fel bod mwy o feichiogrwydd di-fwg

→ gweithio gyda gwasanaethau a phartneriaid eraill i weld a oes grwpiau eraill o bobl sydd angen cymorth

→ cydweithio gyda gwasanaethau a phartneriaid eraill i weld a oes grwpiau eraill o bobl sydd angen cefnogaeth.

Maes 4

Delio â thybaco anghyfreithlon

Mae rheolau ynghylch pa dybaco y gellir ei werthu a sut mae'n cael ei werthu. Yng Nghymru, mae **15%** o dybaco yn anghyfreithlon ac mae **bron i hanner** yr ysmygwyr wedi cael cynnig tybaco anghyfreithlon.

Mae tybaco anghyfreithlon yn cynnwys brandiau sydd wedi'u prynu dramor a'u smyglo i Gymru. Mae'n aml yn cael ei gludo i mewn gan grwpiau troseddu. Nid yw:

- y ddyletswydd (treth) dreth wedi'i thalu arno
- wedi cael eu gwirio i weld a yw'n dybaco yn unig neu os oes ganddo rywbeth arall ynddo a allai niweidio iechyd pobl.

Yn 2022-2024 byddwn yn:

→ edrych ar y dystiolaeth am sut mae tybaco anghyfreithlon yn cael ei werthu a'i ddefnyddio ledled Cymru, a dod o hyd i ffyrdd o'i atal

→ codi ymwybyddiaeth o'r tybaco anghyfreithlon a'r problemau mae'n eu hachosi

→ datblygu system i rannu gwybodaeth am dybaco anghyfreithlon fel y gallwn helpu i'w atal

→ gweithio gyda'r Heddlu, a phartneriaid eraill er mwyn dod o hyd i ffyrdd newydd a syniadau i ymdrin â thybaco anghyfreithlon

→ edrych ar ffyrdd o wneud gorfodi rheoli tybaco yng Nghymru yn well.

Maes 5:

Gweithio ar draws y DU

Rydym wedi defnyddio ein pwerau i leihau ysmygu, cefnogi pobl a gwneud mwy o leoedd yn ddi-fwg ledled Cymru.

Ond mae yna bethau nad oes gennym y pŵer i'w newid, fel pa oedran mae'n rhaid i berson fod er mwyn gallu prynu sigaréts, lefel y dreth ar sigaréts a phris sigaréts. Er mwyn newid y rhain, mae angen i ni weithio gyda Llywodraethau eraill y DU.

Yn 2022-2024 byddwn yn:

→ edrych ar yr hyn sy'n gweithio yn Lloegr, yr Alban a Gogledd Iwerddon a rhannu arfer da

→ parhau i weithio gyda Llywodraethau eraill y DU ar faterion rheoli tybaco, gan gynnwys rhybuddion diogelwch ar faterion tybaco, prisio ac amgylcheddol fel y gallwn wneud gwahaniaeth ar y cyd.

Canlyniadau

Erbyn 2024 bydd Cymru'n fan lle:

- rydyn ni'n gwybod beth rydyn ni am ei wneud i'w gwneud yn arferol peidio ag ysmygu neu fod o gwmpas mwg ail-law
- rydyn ni'n cefnogi pobl yn well i beidio dechrau ysmygu yn y lle cyntaf ac i roi'r gorau i ysmygu
- mae'r holl systemau ar waith i gael Cymru ddi-fwg erbyn 2030.

Gwirio ei fod yn gweithio

Byddwn yn parhau i wirio bod y cynllun hwn yn gweithio ledled Cymru ac yn ysgrifennu adroddiad yn ôl unwaith y flwyddyn.

Rydym ni wedi sefydlu Grŵp Gweithredu Cynllun Cyflawni Rheoli Tybaco. Mae'r grŵp hwn yn cynnwys gweithwyr proffesiynol o wasanaethau ledled Cymru a byddan yn ein helpu ni i:

- gwnewch yn siŵr ein bod ni ar y targed i fod yn ddi-fwg erbyn 2030.
- gwirio bod yr holl gamau gweithredu yn gweithio
- rhoi cyngor ac awgrymiadau ar sut y gallwn wella'r cynllun os oes angen.

Diolch am ddarllen hwn

Os ydych chi am wybod mwy am y Strategaeth Rheoli Tybaco ar gyfer Cymru, ewch i:

llyw.cymru/strategaeth-rheoli-tybaco-i-gymru-ar-cynllun-cyflawni