Dadansoddi ar gyfer Polisi

YMCHWIL GYMDEITHASOL Y LLYWODRAETH

GOVERNMENT SOCIAL RESEARCH

Analysis for Policy

Llywodraeth Cymru
Welsh Government

RHIF YMCHWIL CYMDEITHASOL:
05/2025
DYDDIAD CYHOEDDI:
15/01/2025

Asesu profiadau ac effaith Isafbris am Alcohol ar ddefnyddwyr gwasanaethau a darparwyr gwasanaethau: atodiadau (tystiolaeth ategol)

Mae’r ddogfen hon ar gael yn Saesneg hefyd.

This document is also available in English.

OGL © Hawlfraint y Goron ISBN Digidol 978-1-83625-877-3

Asesu profiadau ac effaith Isafbris am Alcohol ar ddefnyddwyr gwasanaethau a darparwyr gwasanaethau - atodiadau (tystiolaeth ategol)

Andy Perkins[1], Wulf Livingston[2], Josh Dumbrell[1], Sophie McCluskey[1], Sam Steele[1], Katy Holloway[3], Marian Buhociu[3], Shannon Murray[3], Iolo Madoc-Jones[2]

[1] Figure 8 Consultancy Services Ltd (Dundee)

[2] Prifysgol Wrecsam

[3] Prifysgol De Cymru

Adroddiad Ymchwil Llawn: Perkins, Livingston, Dumbrell, McCluskey, Steele, Holloway, Buhociu, Murray a Madoc-Jones (2025).
Asesu profiadau ac effaith Isafbris am Alcohol ar ddefnyddwyr gwasanaethau a darparwyr gwasanaethau: adroddiad terfynol. Caerdydd: Llywodraeth Cymru, adroddiad GSR rhif 05/2025.
Ar gael yn: https://www.llyw.cymru/asesu-profiadau-ac-effaith-isafbris-am-alcohol-ar-ddefnyddwyr-gwasanaethau-darparwyr-gwasanaethau

Safbwyntiau'r ymchwilwyr yw'r rhai a fynegir yn yr adroddiad hwn, ac nid rhai Llywodraeth Cymru o reidrwydd.

I gael rhagor o wybodaeth, cysylltwch â:

Is-adran Ymchwil Gymdeithasol a Gwybodaeth

Llywodraeth Cymru

Parc Cathays

Caerdydd

CF10 3NQ

E-bost: Ymchwil.IechydAGwasanaethauCymdeithasol@llyw.cymru

Cynnwys

Rhestr o dablau....2

1. Atodiad A – Dulliau....4

2. Atodiad B – Nodweddion ymatebwyr yr arolwg (Yfwyr a Darparwyr)....12

3. Atodiad C – Dadansoddi data arolwg....17

4. Atodiad D – Nodweddion ymatebwyr i gyfweliad (Defnyddwyr Gwasanaeth a Darparwyr Gwasanaeth)....36

5. Atodiad E – Themâu Ansoddol ac Enghreifftiau....38

6. Atodiad F – Y pynciau a gynhwyswyd mewn Holiaduron Arolwg ac Amserlenni Cyfweliadau....65

7. Atodiad G – Cyfeiriadau....81

Rhestr o dablau

Tabl 2.1: Nodweddion ymatebwyr yr arolwg (yfwyr) 13
Tabl 2.2: Ardal Awdurdod Lleol yr ymatebwyr a gwblhaodd yr arolwg yfwyr 14
Tabl 2.3: Sgoriau AUDIT-C cyfranogwyr ‘arolwg yfwyr’ 14
Tabl 2.4: Nodweddion ymatebwyr yr arolwg (darparwyr) 15
Tabl 2.5: Ym mha ran o Gymru ydych chi’n gweithio'n BENNAF? 16
Tabl 3.1: Statws yfed presennol 17
Tabl 3.2: Rhesymau dros gael mynediad at driniaeth a/neu gymorth 17
Tabl 3.3: Diodydd alcoholig a yfir – yn ôl math 18
Tabl 3.4: Diodydd alcoholig a brynwyd – yn ôl math 19
Tabl 3.5: Gwariant wythnosol cyfartalog ar alcohol 19
Tabl 3.6: Amlder yfed alcohol (yn ystod y 12 mis diwethaf) 20
Tabl 3.7: Alcohol a yfir ar ddiwrnod yfed arferol (yn ystod y 12 mis diwethaf) 20
Tabl 3.8: Amlder ‘goryfed mewn pyliau’ – 6 uned neu fwy os yn fenyw, neu 8 uned neu fwy os yn wryw, ar un achlysur (yn ystod y 12 mis diwethaf) 21
Tabl 3.9: Rhoi’r gorau i yfed 21
Tabl 3.10: Newid mewn gwariant ar alcohol – ers mis Mawrth 2020 22
Tabl 3.11: Rhesymau dros wario LLAI ar alcohol ers mis Mawrth 2020 22
Tabl 3.12: Rhesymau dros wario MWY ar alcohol ers mis Mawrth 2020 23
Tabl 3.13: Dulliau o dalu am gynnydd yng nghost alcohol 24
Tabl 3.14: Gwario llai ar eitemau'r cartref i ariannu costau alcohol ers mis Mawrth 2020 24
Tabl 3.15: Newidiadau a nodwyd mewn siopau ac adwerthwyr o ran prisiau ac argaeledd alcohol 25
Tabl 3.16: Cyfraniad prisiau a ffactorau eraill at newidiadau a nodwyd ers mis Mawrth 2020 – o ran faint o alcohol a oedd yn cael ei yfed gan ymatebwyr 26
Tabl 3.17: Cyfraniad prisiau a ffactorau eraill at newidiadau a nodwyd ers mis Mawrth 2020 – o ran amlder yfed gan ymatebwyr 26
Tabl 3.18: Cyfraniad prisiau a ffactorau eraill at newidiadau a nodwyd ers mis Mawrth 2020 – o ran ble (lleoliad) y prynir alcohol gan ymatebwyr 27
Tabl 3.19: Cyfraniad prisiau a ffactorau eraill at newidiadau a nodwyd ers mis Mawrth 2020 – o ran defnydd yr ymatebwyr o gyffuriau presgripsiwn a/neu gyffuriau dros y cownter 27
Tabl 3.20: Cyfraniad prisiau a ffactorau eraill at newidiadau a nodwyd ers mis Mawrth 2020 – o ran defnydd yr ymatebwyr o gyffuriau anghyfreithlon 28

Tabl 3.21: I ba raddau ydych chi’n cytuno neu’n anghytuno â’r datganiad: “Mae isafbris alcohol wedi bod yn effeithiol o ran lleihau niwed sy’n gysylltiedig ag alcohol yng Nghymru” 28
Tabl 3.22: Barn ynghylch a ddylid parhau ag MPA yng Nghymru 29
Tabl 3.23: Barn ar newid y MUP o’r lefel bresennol o 50c fesul uned 29
Tabl 3.24: Y mathau mwyaf cyffredin o gynnyrch alcohol ymysg defnyddwyr gwasanaeth .30
Tabl 3.25: Categorïau a mathau amlycaf o yfwyr ar lwyth achosion 31
Tabl 3.26: Newidiadau mewn cyflwyniadau amlycaf eraill ymysg defnyddwyr gwasanaeth.32
Tabl 3.27: Amlder sgyrsiau am brisiau alcohol gyda defnyddwyr gwasanaeth 33
Tabl 3.28: Sylwadau ar fforddiadwyedd alcohol i ddefnyddwyr gwasanaeth 33
Tabl 3.29: Sylwadau ar natur newidiol fforddiadwyedd alcohol i ddefnyddwyr gwasanaeth dros yr 1-3 blynedd diwethaf 33
Tabl 4.1: Nodweddion ymatebwyr i gyfweliad (yfwyr) 36
Tabl 4.2: Nodweddion ymatebwyr i gyfweliad (darparwyr gwasanaeth)....37
Tabl 5.1: Cyfweliadau ac arolygon Defnyddwyr Gwasanaeth – themâu ac enghreifftiau ansoddol....38
Tabl 5.2: Cyfweliadau â Darparwyr Gwasanaeth – themâu ac enghreifftiau ansoddol 57

1. Atodiad A – Dulliau

Roedd elfen graidd yr astudiaeth hon yn canolbwyntio ar ail don derfynol o gyfweliadau ansoddol gyda defnyddwyr gwasanaeth a darparwyr gwasanaethau fel rhan o gynllun hydredol 24 a 48 mis ar ôl gweithredu Isafbris am Alcohol (MPA). Roedd yr astudiaeth hefyd yn cynnwys defnyddio arolygon trawstoriadol rheolaidd gyda samplau o ddefnyddwyr gwasanaeth a darparwyr gwasanaethau ar yr un adegau â'r astudiaeth ansoddol hydredol, gyda'r adroddiad hwn yn ymdrin â'r ail don derfynol o arolygon 48 mis ar ôl gweithredu.

Yn yr Atodiad hwn disgrifir y dulliau a ddefnyddiwyd i gynnal yr ymchwil sylfaenol i archwilio canfyddiadau o'r mater hwn. Yn gyntaf, mae'r nodau a'r amcanion yn cael eu hailddatgan er mwyn darparu cyd-destun ac yna trafodir dyluniad a strategaeth yr ymchwil. Yn dilyn hyn, rhoddir esboniad o'r dewis o bob dull o gasglu data gyda disgrifiad o sut yn ymarferol y casglwyd y data. Mae'r atodiad hefyd yn cynnwys gwybodaeth am ddulliau dadansoddi data.

1.1 Nodau ac amcanion

Roedd y fanyleb ar gyfer y contract yn nodi mai prif nod yr astudiaeth hon oedd 'asesu profiad ac effaith isafswm prisiau ar wasanaethau a defnyddwyr gwasanaethau (gan gynnwys archwilio i ba raddau y gallai newid rhwng sylweddau fod wedi bod o ganlyniad i'r ddeddfwriaeth ac effeithiau isafswm prisiau ar gyllidebau aelwydydd)'.

Yn fwy penodol, mae gan yr astudiaeth lawn ddeg amcan (a amlinellir yn adrannau **1.8 a 1.9 Pennod 1** y prif adroddiad); gyda chwech yn canolbwyntio ar bobl sy'n cael cymorth gan ddarparwyr gwasanaethau i bobl sydd â phroblemau alcohol (h.y. defnyddwyr gwasanaethau) a phedwar yn canolbwyntio ar unigolion sy'n gweithio fel darparwyr gwasanaethau o'r fath (h.y. darparwyr gwasanaethau). Er eglurder, rhestrir yr amcanion hyn ar wahân isod.

Defnyddwyr gwasanaethau:

1. Archwilio gyda defnyddwyr gwasanaeth sut y maent wedi paratoi ar gyfer y newid yn y ddeddfwriaeth;
2. Archwilio gyda defnyddwyr gwasanaeth beth yw eu barn am y ddeddfwriaeth;
3. Archwilio gyda defnyddwyr gwasanaeth pa newidiadau a wnaethant, os o gwbl, i'w defnydd o alcohol ar ôl cyflwyno isafbris uned am alcohol;

4. Archwilio gyda defnyddwyr gwasanaeth pa newidiadau, os o gwbl, a wnaethant i'w defnydd o sylweddau amgen ar ôl y newid mewn deddfwriaeth;
5. Archwilio gyda defnyddwyr gwasanaeth eu canfyddiadau o newidiadau (gan gynnwys newid sylweddau) a wnaeth pobl eraill ar ôl cyflwyno'r ddeddfwriaeth; a
6. Archwilio gyda defnyddwyr gwasanaeth effaith y ddeddfwriaeth newydd ar wariant eu haelwydydd ac agweddau eraill ar eu bywydau (e.e., perthnasoedd, cyflogaeth, iechyd).

<u>Darparwyr gwasanaethau:</u>

1. Archwilio gyda darparwyr gwasanaeth y dulliau a ddefnyddiwyd ganddynt i helpu pobl i baratoi ar gyfer cyflwyno isafbris am alcohol;
2. Archwilio canfyddiadau darparwyr gwasanaethau o newidiadau yn y defnydd o sylweddau (gan gynnwys newid sylweddau) a wnaed gan ddefnyddwyr gwasanaethau ar ôl cyflwyno'r isafbris uned am alcohol.
3. Archwilio gyda darparwyr gwasanaethau effaith y ddeddfwriaeth newydd ar fywydau defnyddwyr gwasanaethau (e.e. gwariant y cartref, iechyd, perthnasoedd, cyflogaeth ayb); ac
4. Archwilio gyda darparwyr gwasanaeth pa mor ddefnyddiol oedd y deunyddiau cefnogi neu'r canllawiau a ddarparwyd, yn ogystal ag unrhyw ddeunyddiau ychwanegol a allai fod yn ofynnol.

1.2 Dyluniad a strategaeth yr ymchwil

Dyluniad yr ymchwil yw'r glasbrint neu'r uwchgynllun ar gyfer cynnal astudiaeth. Dyma'r strwythur neu'r dull gweithredu sy'n disgrifio sut, pryd a ble y bydd data'n cael ei gasglu a'i ddadansoddi (Bryman, 2016). Gan ystyried amcanion y prosiect, amserlenni arfaethedig ar gyfer cwblhau'r prosiect a gweithredu deddfwriaeth, ynghyd â gwybodaeth arall a ddarperir yn y fanyleb, mae'r ymchwil yn cynnwys dwy elfen, ac mae'r ddwy elfen yn cynnwys casglu data ar fwy nag un adeg: (1) astudiaeth hydredol; a (2) ailadrodd arolygon trawstoriadol.

Roedd yr astudiaeth hydredol yn cynnwys ailadrodd cyfweliadau ansoddol gyda sampl o ddefnyddwyr gwasanaeth a sampl o ddarparwyr gwasanaeth, ar gyfnodau o 24 mis a 48 mis ar ôl rhoi'r MPA ar waith.

Roedd yr astudiaeth drawstoriadol yn cynnwys defnyddio arolygon a ailadroddwyd gyda samplau o ddefnyddwyr gwasanaeth a darparwyr gwasanaethau ar yr un adegau â'r astudiaeth hydredol, yn ogystal ag arolwg ychwanegol (llinell sylfaen) i ddarparu tystiolaeth o unrhyw effeithiau uniongyrchol y ddeddfwriaeth yn ystod misoedd cyntaf ei gweithredu.

Mae'r adroddiad hwn yn cynnwys dadansoddiad o'r ail don o gyfweliadau ac arolygon 48 mis ar ôl gweithredu.

Nid yw dyluniadau trawstoriadol a ailadroddir yn gallu mynd i'r afael â chyfeiriad achos ac effaith oherwydd bod y samplau bob amser yn wahanol. Fodd bynnag, maent yn ddefnyddiol o ran eu gallu i nodi newidiadau ehangach dros amser (Bryman 2016).

Y **strategaeth ymchwil** yw sut mae'r ymchwil yn cael ei gynnal yn gyffredinol, mewn geiriau eraill p'un a yw'r astudiaeth yn feintiol neu'n ansoddol ei ffocws (Bryman, 2016). Er mwyn cyflawni amcanion yr ymchwil hon, mabwysiadwyd strategaeth ansoddol yn bennaf, er y casglwyd rhywfaint o ddata meintiol hefyd (e.e. hanes triniaeth, defnyddio cyffuriau, defnyddio alcohol a gwariant ar alcohol). Mae strategaeth ansoddol yn bennaf yn golygu bod modd casglu data ar wybodaeth, dealltwriaeth, canfyddiadau ac agweddau defnyddwyr gwasanaeth a darparwyr gwasanaethau o'r materion allweddol sy'n ymwneud â gweithredu ac effaith isafbris alcohol. Mae dull ansoddol yn arbennig o ddefnyddiol ar gyfer helpu ymchwilwyr i ddeall sut mae eraill yn dehongli'r byd ac ar gyfer gweld pethau drwy lygaid pobl eraill (Wincup, 2017). Er bod llawer o fanteision i ymchwil feintiol (e.e. o ran cyfrif a mesur hyd a lled ffenomena), byddai wedi cyfyngu ar y graddau y gellid archwilio a thrafod materion wrth iddynt ddod i'r amlwg.

Yn unol â strategaethau a chanllawiau Llywodraeth Cymru (Llywodraeth Cymru, 2014), rydym wedi gweithio'n agos gyda chyfranogwyr (defnyddwyr gwasanaeth yn benodol) i sicrhau bod ein cynlluniau ymchwil yn briodol, bod ein hadnoddau casglu data yn hawdd eu defnyddio, i helpu i gael gafael ar ymatebwyr perthnasol ac i lywio ein dehongliad o'r data a gasglwyd.

I helpu gyda'r broses hon, sefydlwyd Grŵp Cynghori ar y Prosiect a oedd yn cynnwys rhanddeiliaid perthnasol ac a gyfarfu'n rheolaidd drwy gydol cyfnod yr astudiaeth.[1]

[1] Roedd aelodau'r PAG yn cynnwys cynrychiolwyr o'r canlynol: Cangen Camddefnyddio Sylweddau Llywodraeth Cymru, Gwasanaethau Gwybodaeth a Dadansoddi Llywodraeth Cymru, Alcohol Change Cymru, Kaleidoscope, a Chymuned Adfer y Gogledd Orllewin.

1.3 Dulliau casglu data

Er mwyn cyflawni amcanion yr ymchwil, defnyddiwyd cyfuniad o gyfweliadau a holiaduron arolwg ar-lein.

Roedd yr ymchwil yn canolbwyntio ar oedolion 18 oed a hŷn a oedd naill ai'n byw yng Nghymru neu'n ymwneud â darparu gwasanaethau alcohol yng Nghymru.

1.4 Cyfweliadau ansoddol

Cynhaliwyd cyfweliadau ansoddol gyda dau grŵp (defnyddwyr gwasanaeth a darparwyr gwasanaeth).

Strategaeth samplu

Ar gyfer y rownd olaf hon o gasglu data, cynhaliwyd cyfweliadau gydag 17 o ddefnyddwyr gwasanaeth[2] a 15 o ddarparwyr gwasanaeth[3] (gan gynnwys rheolwyr gweithredol a staff rheng flaen)[4].

Defnyddiwyd samplo cyfleus i recriwtio pobl o'r gwasanaethau alcohol sy'n gweithredu ar draws saith ardal Bwrdd Cynllunio Ardal (APB) Cymru. Roedd cynnal yr ymchwil ledled Cymru yn golygu y gellid rhoi llais i bobl sy'n byw mewn amrywiaeth eang o fathau o ardaloedd, yn amrywio o gytrefi trefol mawr i bentrefi gwledig, gan wneud yr ymchwil yn berthnasol i bobl sy'n byw (ac yn gweithio) yn yr ystod lawn o fathau o ardaloedd.

Ategwyd y dull cyfleus gan rywfaint o samplu pwrpasol i sicrhau bod amrywiaeth o ran: rhyw; ystod oedran; lleoliad daearyddol (gan gynnwys ardaloedd sy'n agos at y ffin); mathau o yfed a phroffiliau defnyddio cyffuriau (ar gyfer defnyddwyr gwasanaeth) yn cael eu cofnodi.

O ystyried amcanion amrywiol yr astudiaeth, roedd casglu amrywiaeth eang o unigolion yn bwysig. Roedd yn golygu bod modd archwilio amrywiadau mewn ymatebion disgwyliedig a gwirioneddol i'r isafbris a nodi ffactorau risg a ffactorau amddiffynnol a allai gynyddu neu leihau'r tebygolrwydd o ganlyniadau anfwriadol eraill.

---

[2] O'r 17 defnyddiwr gwasanaeth a gyfwelwyd, cyfwelwyd â phedwar ohonynt yn y rownd flaenorol o gasglu data (hydredol), gyda'r 13 defnyddiwr gwasanaeth arall yn cael eu recriwtio o'r newydd i'r astudiaeth.
[3] O'r 15 darparwr gwasanaeth a gyfwelwyd, cyfwelwyd â chwech ohonynt yn y rownd flaenorol o gasglu data (hydredol), gyda'r naw darparwr gwasanaeth arall yn cael eu recriwtio o'r newydd i'r astudiaeth.
[4] Mae rhagor o fanylion am nodweddion y sampl ar gael ym **Mhennod 3** y prif adroddiad.

Cafwyd cymeradwyaeth foesegol ar gyfer y prosiect gan Bwyllgor Ymchwil Prifysgol De Cymru, Cyfadran Busnes a Chymdeithas.

Cafodd y rhai a gyfwelwyd eu recriwtio gyda chymorth caredig staff mewn sawl sefydliad trydydd sector sy'n darparu cymorth i bobl sydd â phroblemau alcohol yng Nghymru (e.e. Adferiad, Barod, a Kaleidoscope).

Gan ddefnyddio rhwydweithiau presennol o gysylltiadau yn y sefydliadau hyn, defnyddiwyd amrywiaeth o strategaethau i recriwtio pobl i'w cyfweld. Yn ôl y disgwyl, darparwyr gwasanaeth oedd y rhai mwyaf syml i gael mynediad atynt, a chawsant eu recriwtio drwy wahoddiadau e-bost a ddosbarthwyd ar ein rhan gan gydlynwyr APB, rheolwyr gwasanaeth a thrwy alwadau ffôn dilynol. Mae defnyddwyr gwasanaeth yn aml yn anodd eu recriwtio i brosiectau ymchwil ac, o leiaf i ddechrau, nid oedd y prosiect hwn yn wahanol. Fodd bynnag, gyda chymorth rheolwyr gwasanaeth a gweithwyr allweddol, a oedd yn lledaenu'r gair am y prosiect, recriwtiwyd sampl fawr o ddefnyddwyr gwasanaeth ar gyfer cyfweliad.

Roedd profiad blaenorol yn awgrymu bod recriwtio ymchwil ansoddol yn aml yn elwa o effaith pelen eira a strategaethau rhaeadru (yn enwedig wrth recriwtio ar gyfer safbwyntiau ychwanegol fel rhai nad ydynt yn ddefnyddwyr gwasanaeth). Felly, cafodd y gwahoddiad i gymryd rhan mewn cyfweliad ei ddosbarthu'n electronig hefyd drwy rwydwaith cysylltiadau'r tîm ymchwil yn y maes. Fe'i gosodwyd hefyd fel opsiwn yn yr arolygon, gyda gwybodaeth am sut i gysylltu os oeddent yn dymuno cymryd rhan mewn cyfweliad. Anogwyd pob cyswllt i ddosbarthu'r gwahoddiad yn eang.

Dylunio

Cynlluniwyd amserlenni'r cyfweliadau ar gyfer cyfweliad lled-strwythuredig yn seiliedig ar themâu i'w trafod ac ysgogiadau i gyfweleion i helpu i arwain y sgwrs. Datblygwyd amserlenni ar wahân ar gyfer darparwyr gwasanaeth a defnyddwyr gwasanaeth er bod materion cyffredin yn cael eu hystyried yn y naill a'r llall. Mabwysiadwyd dull ailadroddol, lle'r oedd canlyniadau cyfweliadau cynnar yn llywio strwythur a chynnwys rhai diweddarach.

Roedd y cwestiynau cyfweliad penodol yn deillio o'r amcanion ymchwil a nodir yn y fanyleb a'r sylfaen dystiolaeth ymchwil gyfredol (a'r bylchau ynddi).

Gweithdrefn

Cynhaliwyd pob cyfweliad yn Saesneg[5]. Fe'u cynhaliwyd ar adegau ac mewn lleoliadau a oedd yn gyfleus i'r rhai a gyfwelwyd. Cynhaliwyd y rhan fwyaf o gyfweliadau wyneb yn wyneb gyda dim ond nifer fach o gyfweliadau gyda defnyddwyr gwasanaeth yn cael eu cynnal dros y ffôn, a nifer fach o gyfweliadau gyda darparwyr yn cael eu cynnal ar Microsoft Teams.

Ar gyfartaledd, roedd cyfweliadau defnyddwyr y gwasanaeth yn para 47 munud ac yn amrywio o 16 munud i 95 munud.

Ar gyfartaledd, roedd cyfweliadau darparwyr gwasanaeth yn para 49 munud ac yn amrywio o 34 munud i 69 munud.

Cafodd yr holl gyfweliadau eu recordio'n ddigidol ac yna eu trawsgrifio'n arbenigol ac yn ddiogel gan Transcriptum Ltd.[6] Cafodd unrhyw wybodaeth a allai ddatgelu hunaniaeth (enwau, enwau gwasanaethau, lleoliadau) ei thynnu yn ystod y broses drawsgrifio a'i gwirio ddwywaith gan y tîm ymchwil.

Dadansoddi Data

Cafodd y trawsgrifiadau eu lawrlwytho o Transcriptum Ltd. Sefydlwyd cronfa ddata o'r holl drawsgrifiadau dienw gan ddefnyddio'r pecyn NVivo[7] ar gyfer dadansoddi data ansoddol, sy'n caniatáu ar gyfer dadansoddi data cyfweliadau sy'n cynnwys nifer o ymchwilwyr a synthesis o setiau data mawr. Cynhaliwyd dadansoddiad thematig, a datblygwyd ac ail-siapiwyd fframwaith thematig yn seiliedig ar y data (Glaser a Strauss, 1967; Braun a Clarke, 2006). Cafodd ansawdd y fframwaith a'r codio data ei sicrhau gan aelodau gwahanol o'r tîm drwy wirio codio ei gilydd a/neu'n arwain ar godio ar wahân. Roedd y broses hon yn helpu i sicrhau bod y themâu terfynol a echdynnwyd nid yn ddehongliad personol un aelod o'r tîm yn unig, ond yn deillio o'r data.

Yn unol ag argymhelliad Neale, Miller, a West (2014), mae'r tîm ymchwil wedi osgoi meintioli'r canfyddiadau ansoddol ac eithrio mewn nifer fach o achosion lle tybiwyd ei bod yn arbennig o bwysig gwneud hynny. Yn hytrach, mabwysiadwyd math o hanner meintioliad gyda thuedd i ddefnyddio termau fel 'ychydig', 'sawl', 'rhai', 'llawer' a 'rhan fwyaf' er mwyn

[5] Roedd pob cyfweliad yn cael ei gynnig yn Gymraeg neu yn Saesneg, ond roedd pob cyfranogwr wedi dewis Saesneg.
[6] Home | Transcriptum Limited
[7] NVivo Leading Qualitative Data Analysis Software (QDAS) by Lumivero

sicrhau'r “tryloywder mwyaf o ran nifer y bobl sy’n rhoi ymatebion penodol neu fathau penodol o ymateb” (Neale a West, 2015).

1.5 Holiadur arolwg ar-lein

Er bod cyfweliadau ansoddol yn werthfawr iawn ar gyfer casglu data manwl gan bobl, maent yn gyfyngedig mewn sawl ffordd. Mae cyfweliadau yn aml yn cymryd llawer o amser, a gall fod yn ddrud trawsgrifio recordiadau hir. O ganlyniad, mae maint y sampl yn aml yn fach, sy’n cyfyngu ar y gallu i gyffredinoli canfyddiadau’r ymchwil. Er mwyn helpu i fynd i’r afael â’r cyfyngiadau allweddol hyn, defnyddiwyd arolygon holiadur ar-lein fel dull ychwanegol o gasglu data.

Strategaeth samplu

Drwy ddefnyddio arolygon holiadur ar-lein, casglwyd data gan sampl ehangach o ymatebwyr gan gynnwys: darparwyr gwasanaethau; defnyddwyr gwasanaeth; rhai nad ydynt yn ddefnyddwyr gwasanaeth; ac yfwyr cymedrol a pheryglus a gafodd eu heithrio fel arall o’r ymchwil. Roedd yr arolwg hefyd yn rhoi cyfle i’r rhai a gyfwelwyd gyfrannu gwybodaeth ychwanegol, ddienw, i’r astudiaeth os oeddent yn dymuno gwneud hynny.

Dylunio

Datblygwyd arolygon holiadur ar-lein ar wahân ar gyfer darparwyr gwasanaethau ac yfwyr mewn Arolygon Ar-lein[8] (Bristol Online Surveys gynt). Roedd holiaduron yr arolwg yn cynnwys cyfuniad o gwestiynau caeedig (e.e. ar y defnydd presennol o alcohol a chyffuriau) a chwestiynau penagored (ee, safbwyntiau ar y polisi MPA) er mwyn casglu data mwy cynnil ar faterion o ddiddordeb arbennig. Roedd yr arolygon ar gael yn Gymraeg ac yn Saesneg ac roeddent wedi’u trefnu’n adrannau a oedd yn cyfateb i’r amcanion ymchwil.

Roedd cymryd rhan yn y naill arolwg neu’r llall yn wirfoddol, ac roedd yr arolygon yn ddienw (ni ofynnwyd am unrhyw wybodaeth adnabod, ac ni chofnodwyd unrhyw gyfeiriadau IP). Cynlluniwyd holiadur yr arolwg fel bod ymatebwyr yn gallu hepgor cwestiynau nad oeddent yn dymuno eu hateb a gadael yr arolwg ar unrhyw adeg os nad oeddent yn dymuno cymryd rhan mwyach. Rhoddodd yr ymatebwyr ganiatâd cyn dechrau’r arolwg a chawsant wybod, ar ôl iddynt glicio ar ‘gorffen’ ar ddiwedd yr arolwg, bod eu hymatebion wedi cael eu cyflwyno ac nad oedd yn bosibl tynnu’n ôl o’r astudiaeth mwyach.

[8] Arolygon Ar-lein

Gweithdrefn

Dosbarthwyd yr arolygon yn electronig i rwydwaith y tîm ymchwil o gysylltiadau yn y maes i'w cwblhau ac i'w rhaeadru i'w cydweithwyr, i ddefnyddwyr gwasanaeth ac i yfwyr eraill nad ydynt yn ymgysylltu â gwasanaethau. Er mwyn cynyddu maint y sampl, lansiwyd yr arolygon ar ddechrau'r cyfnod casglu data. Felly, cynhaliwyd y ddau ddull o gasglu data (cyfweliadau ac arolygon) ar yr un pryd.

Dadansoddi Data

Allforiwyd y ddwy set o ddata arolwg o Arolygon Ar-lein yn uniongyrchol i Becyn Ystadegol ar gyfer y Gwyddorau Cymdeithasol (SPSS). [9]. Dadansoddwyd yr ymatebion i'r arolwg gan ddefnyddio SPSS, Excel a Word i hwyluso'r gwaith o ddadansoddi'r data helaeth a gasglwyd. Defnyddiwyd adnodd dadansoddi Online Surveys hefyd i gefnogi'r gwaith o ddadansoddi a chyflwyno canlyniadau.

Dadansoddwyd cwestiynau caeedig a oedd yn cynhyrchu data meintiol gan ddefnyddio SPSS ac Excel. Cyflwynir y canlyniadau hyn yn rhifiadol gan ddefnyddio canrannau ac amlderau.

Dadansoddwyd data ansoddol a gynhyrchwyd o'r cwestiynau penagored gan ddefnyddio technegau ansoddol mwy traddodiadol (e.e. nodi themâu allweddol a chwilio am ddyfyniadau i'w cyfleu) gan ddefnyddio'r swyddogaethau chwilio o fewn SPSS, Excel a Word. Yn yr un modd â data'r cyfweliadau ansoddol, llwyddwyd i osgoi mesur canlyniadau'r arolwg ansoddol ac eithrio mewn rhai achosion lle tybiwyd ei bod yn arbennig o bwysig gwneud hynny.

[9] IBM SPSS Software

2. Atodiad B – Nodweddion ymatebwyr yr arolwg (Yfwyr a Darparwyr)

Roedd yr astudiaeth yn cynnwys cyfanswm o 121 o ddefnyddwyr gwasanaeth, gan ddatgelu dosbarthiad anghyfartal ar draws gwahanol gategorïau demograffig. Roedd anghydbwysedd amlwg o ran hunaniaeth rhywedd, gyda 75 o ddynion o'i gymharu â 42 o fenywod. Roedd y dosbarthiad oedran yn dangos sgiw tuag at gyfranogwyr canol oed, gyda'r grŵp oedran 45-54 yr un mwyaf (33), wedi'i ddilyn yn agos gan y grwpiau oedran 35-44 (29) a 25-34 (24). Fodd bynnag, mae'n bwysig nodi bod bron pob categori oedran wedi'i gynrychioli, gan gynnwys defnyddwyr gwasanaeth iau (un cyfranogwr 18-19) a hŷn (19 o rai 55-64 oed). O ran ethnigrwydd, roedd cynrychiolaeth gref o unigolion Gwyn Seisnig, Albanaidd, Gwyddelig Gogledd Iwerddon neu Brydeinig (107). Yn ddaearyddol, er bod y rhan fwyaf o'r ymatebwyr yn dod o Gaerdydd (56), roedd cynrychiolaeth sylweddol hefyd o Bowys (24) a Rhondda Cynon Taf (12). Er gwaethaf yr anghydbwysedd hwn, roedd y sampl yn cynnwys o leiaf un cyfranogwr o bob math o grŵp diffiniedig, gan sicrhau llais ar gyfer pob categori demograffig yn yr astudiaeth.

2.1 Nodweddion sampl o ymatebwyr yr arolwg yfwyr

Tabl 2.1: Nodweddion ymatebwyr yr arolwg (yfwyr)

Rhywedd	n	%
Gwrywaidd	75	62
Benywaidd	42	35
Anneuaidd/trydydd rhywedd	3	2
Mae'n well gen i beidio â dweud	1	1
Mae'n well gen i ddisgrifio fy rhywedd fy hun	0	0
Oed	n	%
18-19	1	1
20-24	11	9
25-34	24	20
35-44	29	24
45-54	33	28
55-64	19	16
65-74	3	3
Mae'n well gen i beidio â dweud	0	0
Ethnigrwydd	n	%
Gwyn - Cymreig / Seisnig / Albanaidd / Gwyddelig Gogledd Iwerddon / Prydeinig	107	82
Gwyn - Gwyddelig	1	1
Gwyn - Sipsi neu Deithiwr Gwyddelig	1	1
Gwyn - unrhyw gefndir gwyn arall	3	2
Cymysg - Gwyn a Du Caribïaidd	3	2
Cymysg - Gwyn a Du Affricanaidd	2	2
Cymysg - unrhyw gefndir Cymysg neu Aml-ethnig arall	6	5
Asiaidd - Pacistanaidd	1	1
Asiaidd - unrhyw gefndir Asiaidd arall	1	1
Du – Caribïaidd	1	1
Du – Cefndir Affricanaidd	2	2
Du - unrhyw gefndir Du, Du Prydeinig neu Garibïaidd arall	1	1
Arall - unrhyw grŵp ethnig arall	2	2

Nodyn: Un ymateb coll ar gyfer categorïau Oedran. Caniatawyd mwy nag un ymateb ar gyfer ethnigrwydd.

Tabl 2.2: Ardal Awdurdod Lleol yr ymatebwyr a gwblhaodd yr arolwg yfwyr

Ardal Awdurdod Lleol	n	%
Blaenau Gwent	1	1
Pen-y-bont ar Ogwr	6	5
Caerffili	0	0
Caerdydd	56	47
Sir Gaerfyrddin	1	1
Ceredigion	4	3
Conwy	0	0
Sir Ddinbych	1	1
Sir y Fflint	0	0
Gwynedd	8	7
Ynys Môn	2	2
Merthyr Tudful	0	0
Sir Fynwy	0	0
Castell-nedd Port Talbot	1	1
Casnewydd	0	0
Sir Benfro	1	1
Powys	24	20
Rhondda Cynon Taf	12	10
Abertawe	0	0
Torfaen	1	1
Bro Morgannwg	1	1
Wrecsam	0	0
Dydw i ddim yn byw yng Nghymru	0	0

Nodyn: Dau ymateb coll.

Tabl 2.3: Sgoriau AUDIT-C cyfranogwyr 'arolwg yfwyr'

Categori sgôr AUDIT-C	n	%
Risg isel (0 i 4)	2	3
Risg gynyddol (5 i 7)	4	6
Risg uchel (8 i 10)	8	12
Dibyniaeth yn debygol (11 i 12)	7	10
Dibyniaeth ddifrifol bosibl (13 i 15)	48	70

Nodyn: 52 ymateb coll.

2.2 Nodweddion sampl ymatebwyr arolwg darparwyr gwasanaeth

Cwblhaodd 90 o unigolion a oedd yn gweithio yn y maes defnyddio sylweddau yng Nghymru yr 'arolwg darparwyr'.

Tabl 2.4: Nodweddion ymatebwyr yr arolwg (darparwyr)

Math o wasanaeth/sefydliad	n	%
Trydydd sector/ sector gwirfoddol – cyffuriau/alcohol	46	51
GIG – cyffuriau/alcohol	16	18
Awdurdod Lleol – cyffuriau/alcohol	9	10
Tai	8	9
Digartrefedd	7	8
GIG – arall	4	4
Iechyd Meddwl	3	3
Arall	3	3
Trydydd sector/ sector gwirfoddol – arall	3	3
Sector preifat	2	2
Cwmni Adsefydlu Cymunedol	1	1
Gwasanaeth Carchardai EF	1	1
Gwasanaeth Prawf EF	1	1
Awdurdod Lleol - arall	1	1
Hyd y profiad	n	%
Llai na blwyddyn	12	13
1 - 3 blynedd	13	14
4 - 5 mlynedd	10	11
6 - 9 blynedd	8	9
10+ blynedd	47	52
Cyfnod yn y rôl bresennol	n	%
Llai na blwyddyn	21	23
1 - 3 blynedd	29	32
4 - 5 mlynedd	10	11
6 - 9 blynedd	5	6
10+ blynedd	25	28

Nodyn: Caniateir mwy nag un ymateb ar gyfer 'Math o wasanaeth/sefydliad'.

Tabl 2.5: Ym mha ran o Gymru ydych chi'n gweithio'n BENNAF?

Ardal	n	%
Blaenau Gwent	1	1
Pen-y-bont ar Ogwr	3	3
Caerffili	1	1
Caerdydd	14	16
Sir Gaerfyrddin	7	8
Ceredigion	9	10
Conwy	4	4
Sir Ddinbych	5	6
Sir y Fflint	1	1
Gwynedd	8	9
Ynys Môn	1	1
Merthyr Tudful	1	1
Sir Fynwy	1	1
Castell-nedd Port Talbot	4	4
Casnewydd	8	9
Sir Benfro	6	7
Powys	3	3
Rhondda Cynon Taf	4	4
Abertawe	2	2
Torfaen	3	3
Bro Morgannwg	0	0
Wrecsam	2	2
Rhanbarthol	1	1
Yn Genedlaethol	1	1
Dydw i ddim yn gweithio yng Nghymru	0	0

3. Atodiad C – Dadansoddi data arolwg

3.1 Prif ganfyddiadau – y rhai a ymatebodd i'r arolwg defnyddwyr gwasanaeth

Statws yfed presennol

Gofynnwyd i ddefnyddwyr gwasanaeth roi gwybod am eu statws yfed presennol. Mae'r dosbarthiad a nodwyd yn dangos, er bod y rhan fwyaf o ddefnyddwyr gwasanaeth yn dal i yfed alcohol, bod cyfran sylweddol ohonynt wedi ymatal ar adeg yr astudiaeth.

Tabl 3.1: Statws yfed presennol

Yfed ar hyn o bryd?	n	%
Ydw	74	62
Na	46	38

Nodyn: Un ymateb coll.

Rhesymau dros geisio triniaeth a/neu gymorth

Gwnaethom archwilio'r prif gymhellion i ddefnyddwyr gwasanaeth geisio triniaeth neu gymorth ar gyfer eu defnydd o alcohol. Roedd pryderon iechyd yn dod i'r amlwg fel y prif reswm, gyda 65% o ymatebwyr yn dweud bod hyn yn ffactor yn eu penderfyniad i geisio cymorth. Mae hyn yn tanlinellu effaith sylweddol defnyddio alcohol ar lesiant corfforol a meddyliol, a'r ffaith bod defnyddwyr gwasanaeth yn cydnabod y materion hyn.

Roedd ffactorau rhyngbersonol hefyd yn chwarae rhan sylweddol, gyda 33% o'r cyfranogwyr yn dweud bod pwysau ar berthnasoedd yn ffactor cymhellol. Mae hyn yn tynnu sylw at oblygiadau cymdeithasol ehangach defnyddio alcohol mewn ffordd broblemus.

Tabl 3.2: Rhesymau dros gael mynediad at driniaeth a/neu gymorth

Rhesymau	n	%
Rhesymau iechyd	72	65
Pwysau mewn perthnasoedd	37	33
Arall	31	28
Pryderon ynghylch pris alcohol a'r pwysau ar eich sefyllfa ariannol	24	22
Pwysau mewn cyflogaeth	18	16

Nodiadau: 10 ymateb coll a chaniateir mwy nag un ymateb.

Roedd ystyriaethau economaidd hefyd yn nodedig:

- Soniodd 22% am bryderon ynghylch pris alcohol a'i effaith ar eu sefyllfa ariannol

- Soniodd 16% am bwysau mewn cyflogaeth

Y prif fathau o alcohol a yfir a maint y cynnyrch

Roedd yr arolwg yn edrych ar y mathau o ddiodydd alcoholig a oedd yn cael eu hyfed gan ddefnyddwyr gwasanaeth, gan ddatgelu amrywiaeth eang o ddewisiadau:

Tabl 3.3: Diodydd alcoholig a yfir – yn ôl math

Mathau o alcohol	n	%
Fodca	37	49
Gwin	23	31
Cwrw/lager cryfder arferol	22	29
Cwrw/lager cryf	20	27
Seidr cryf	15	20
Jin	12	16
Wisgi	11	15
Seidr cryfder arferol	9	12
Gwirodydd eraill	7	9
Alcopops/ diodydd alcoholig wedi'u cymysgu'n barod	6	8
Diodydd alcohol isel yn unig	2	3
Sherry neu Martini	2	3
Diodydd alcoholaidd eraill	1	1

Nodyn: 46 ymateb coll a chaniateir mwy nag un ymateb.

Pan ofynnwyd am frandiau penodol, dywedodd y rhan fwyaf eu bod yn ffafrio'r opsiynau "rhataf" sydd ar gael, gan awgrymu bod pris yn ffactor sylweddol wrth ddewis diodydd.

Roedd y meintiau cynnyrch cyffredin a grybwyllwyd yn cynnwys:

- Poteli 70cl neu 1 litr o wirodydd
- Caniau lager 440ml

Prif leoliad prynu alcohol

Roedd yr arolwg hefyd yn edrych ar ble roedd defnyddwyr gwasanaeth fel arfer yn prynu eu halcohol:

Tabl 3.4: Diodydd alcoholig a brynwyd – yn ôl math

Lle y'i prynwyd	n	%
Archfarchnad (yn bersonol)	32	46
Siop cyfleustra neu Siop Gornel	18	26
Siop ddiodydd drwyddedig	14	21
Arall	3	4
Gwasanaeth danfon ar-lein arall	1	1
Gorsaf Petrol	1	1
Archfarchnad (ar-lein)	0	0

Nodyn: 52 ymateb coll.

Y lleoliadau mwyaf cyffredin yr adroddwyd bod alcohol yn cael ei brynu oedd archfarchnadoedd (yn bersonol) a siopau cornel. Yn ddiddorol, ni ddywedodd yr un ymatebydd eu bod yn prynu alcohol o archfarchnadoedd ar-lein.

Gwlad y pryniant

Dywedodd y rhan fwyaf o'r defnyddwyr gwasanaeth a ymatebodd (82%, n=59) eu bod yn prynu eu halcohol yn gyfan gwbl yng Nghymru, gyda'r gweddill (18%, n=13) yn dweud eu bod yn prynu alcohol yng Nghymru ac yn Lloegr.

Patrymau gwario

Roedd swm cyfartalog yr arian a wariwyd bob wythnos yn amrywio'n sylweddol ymysg y defnyddwyr gwasanaeth hynny a ymatebodd i'r cwestiwn gwariant.

Tabl 3.5: Gwariant wythnosol cyfartalog ar alcohol

Swm a wariwyd	n	%
£0	4	5
£1 i £9	4	5
£10 i £24	9	12
£25 i £49	7	10
£50 i £74	9	12
£75 i £99	13	18
£100+	19	26
Mae'n well gen i beidio â dweud	1	1
Dydw i ddim yn siŵr	7	10

Nodyn: 48 ymateb coll.

Yn nodedig, dywedodd bron i hanner yr ymatebwyr a oedd yn darparu gwybodaeth am wariant eu bod wedi gwario £50 neu fwy yr wythnos ar alcohol, gyda dros chwarter yn

gwario £100 neu fwy. Mae hyn yn dangos ymrwymiad ariannol sylweddol i yfed alcohol ymysg llawer o'r defnyddwyr gwasanaeth yn sampl yr astudiaeth.

Amlder yfed alcohol a lefelau yfed arferol yn ystod y 12 mis diwethaf

Pan ofynnwyd iddynt pa mor aml y cawsant ddiod yn ystod y 12 mis diwethaf a oedd yn cynnwys alcohol, dywedodd 45 o ymatebwyr (61%) 'pedair gwaith yr wythnos'. Nododd 16 o ymatebwyr eraill (22%) eu bod wedi yfed 'dwy neu dair gwaith yr wythnos', a dywedodd naw (12%) eu bod wedi yfed 'dwywaith i bedair gwaith y mis'. Mae hyn yn awgrymu bod y rhan fwyaf o ddefnyddwyr gwasanaeth yn sampl yr astudiaeth yn yfwyr rheolaidd ac aml.

Tabl 3.6: Amlder yfed alcohol (yn ystod y 12 mis diwethaf)

Amlder	n	%
Byth	0	0
Misol neu lai	4	5
2 i 4 gwaith y mis	9	12
2 i 3 gwaith yr wythnos	16	22
4 gwaith yr wythnos neu fwy	45	61

Nodyn: 47 ymateb coll.

O ran yfed alcohol fel arfer, gofynnwyd i'r defnyddwyr gwasanaeth nodi faint o unedau o alcohol maent yn ei gael ar ddiwrnod arferol wrth yfed. O'r 74 o unigolion a atebodd y cwestiwn hwn, dywedodd 51 (69%) eu bod yn yfed 10 uned neu fwy, dywedodd tri (4%) eu bod yn yfed rhwng saith a naw uned, saith (9%) yn yfed pump neu chwe uned, 11 arall (15%) wedi nodi tair neu bedair uned, a dywedodd y ddau ymatebydd arall y byddent yn yfed un neu ddwy uned ar ddiwrnod arferol.

Tabl 3.7: Alcohol a yfir ar ddiwrnod yfed arferol (yn ystod y 12 mis diwethaf)

Unedau o alcohol a yfir	n	%
1 neu 2	2	3
3 neu 4	11	15
5 neu 6	7	9
7 i 9	3	4
10 neu fwy	51	69

Nodyn: 47 ymateb coll.

Pan ofynnwyd iddynt pa mor aml yr oeddent wedi yfed chwech neu ragor o unedau (benywaidd) neu wyth neu fwy o unedau (gwrywaidd) ar un achlysur yn ystod y flwyddyn ddiwethaf (h.y. 'goryfed mewn pyliau'), dywedodd dros hanner y sampl (n=42; 57%) eu bod

yn gwneud hynny ‘bob dydd neu bron bob dydd’. Dywedodd 17 unigolyn arall (23%) eu bod yn gwneud hynny yn ‘wythnosol’, gyda saith (9%) yn dweud ‘misol’ a chwech (8%) ‘llai na misol’. Dywedodd y ddau unigolyn arall (3%) nad oeddent wedi yfed ar y lefelau hyn o fewn y flwyddyn ddiwethaf.

Tabl 3.8: Amlder ‘goryfed mewn pyliau’ – 6 uned neu fwy os yn fenyw, neu 8 uned neu fwy os yn wryw, ar un achlysur (yn ystod y 12 mis diwethaf)

Unedau o alcohol a yfir	n	%
Byth	2	3
Llai na bob mis	6	8
Misol	7	9
Wythnosol	17	23
Bob dydd neu bron bob dydd	42	57

Nodyn: 47 ymateb coll.

Yna, gofynnwyd i’r rhai a ddywedodd eu bod wedi rhoi’r gorau i yfed pryd yr oeddent wedi rhoi’r gorau i yfed, gydag ychydig o dan hanner (n=25; 44%) yn dweud eu bod wedi stopio yn ystod yr wyth mis diwethaf. Nododd saith unigolyn arall (12%) eu bod wedi stopio rhwng naw a 12 mis yn ôl, gyda’r 25 unigolyn arall (44%) yn dweud eu bod wedi stopio dros flwyddyn yn ôl.

Tabl 3.9: Rhoi’r gorau i yfed

Amser	n	%
Yn ystod y 8 mis diwethaf	25	44
9-12 mis yn ôl	7	12
Mwy na blwyddyn yn ôl	25	44

Nodyn: 64 ymateb coll.

<u>Yfed o’i gymharu â chyn mis Mawrth 2020</u>

Dywedodd y rhan fwyaf eu bod wedi yfed tua’r un faint â chyn mis Mawrth 2020 (n=34, 29%), gyda chyfran debyg 28% (n=33) yn dweud eu bod wedi rhoi’r gorau i yfed yn gyfan gwbl a 18% arall (n=21) yn dweud eu bod yn yfed llawer mwy erbyn hyn. Teimlai un o bob saith (n=16,14%) eu bod yn yfed llawer llai, gan ddangos ymateb amrywiol gan ddefnyddwyr gwasanaeth.

O ran gwariant, mae’r canlyniadau’n dangos darlun cymysg o arferion gwario ers mis Mawrth 2020. Er bod cyfran sylweddol o’r ymatebwyr yn dweud eu bod yn gwario mwy ar

alcohol, mae grŵp sylweddol hefyd sy'n adrodd eu bod wedi lleihau neu ddileu eu gwariant ar alcohol fel y nodir yn y tabl isod.

Tabl 3.10: Newid mewn gwariant ar alcohol – ers mis Mawrth 2020

Newidiadau mewn gwariant	n	%
Rydw i nawr yn gwario llawer mwy	24	23
Rydw i nawr yn gwario ychydig mwy	16	15
Rydw i'n gwario tua'r un faint â chyn mis Mawrth 2020	19	18
Rydw i nawr yn gwario ychydig llai	8	8
Rydw i nawr yn gwario llawer llai	12	11
Rydw i wedi rhoi'r gorau i yfed yn gyfan gwbl ac felly dydw i ddim yn gwario unrhyw arian ar alcohol mwyach	26	25

Nodyn: 16 ymateb coll.

Ymysg y grŵp o 46 o ymatebwyr a ddywedodd eu bod yn gwario llai neu ddim arian ar alcohol, y prif resymau a gynigiwyd oedd 'stopio yfed yn gyfan gwbl' neu 'yfed llai nag o'r blaen'.

Tabl 3.11: Rhesymau dros wario LLAI ar alcohol ers mis Mawrth 2020

Rhesymau	n	%
Rydw i wedi rhoi'r gorau i yfed	21	47
Rydw i'n yfed llai nag o'r blaen	19	42
Mae fy incwm wedi lleihau oherwydd newid mewn cyflogaeth (e.e., dileu swydd)	4	9
Arall	4	9
Mae'r alcohol rydw i'n ei yfed fel arfer wedi mynd yn rhy ddrud	2	4

Nodyn: Caniateir mwy nag un ymateb.

Ar gyfer y 40 o ymatebwyr a ddywedodd eu bod yn gwario mwy, cynnydd mewn prisiau yw'r ffactor amlycaf (30 yn cyfeirio at gynnydd mawr, saith yn cyfeirio at gynnydd bach). Ar ben hynny, mae cynyddu'r defnydd yn ffactor sylweddol, ac roedd rhai wedi nodi newid i gynnyrch gwahanol oherwydd newidiadau mewn prisiau.

Tabl 3.12: Rhesymau dros wario MWY ar alcohol ers mis Mawrth 2020

Rhesymau	n	%
Mae pris yr alcohol rydw i'n ei yfed fel arfer wedi codi llawer ers mis Mawrth 2020	30	75
Rydw i'n yfed mwy (cyfaint o alcohol) nag yr oeddwn i'n arfer ei wneud (cyn mis Mawrth 2020)	15	38
Rydw i wedi newid i yfed gwahanol gynnyrch/cynhyrchion o alcohol oherwydd newidiadau mewn prisiau yn yr alcohol rydw i'n ei yfed fel arfer	9	23
Mae pris yr alcohol rydw i'n ei yfed fel arfer wedi codi ychydig ers mis Mawrth 2020	7	18

Nodyn: Caniateir mwy nag un ymateb.

Soniodd y grŵp hwn o ymatebwyr (n=50) am ystod eang o strategaethau ar gyfer rheoli'r costau a'r gwariant cynyddol hwn[10]. Dywedodd llawer ohonynt (40%, n=20) eu bod wedi gallu amsugno'r costau ychwanegol heb newid eu patrymau gwario, tra bo eraill yn gwneud aberth mewn meysydd eraill, gan gynnwys un o bob tri (34%, n=17) sydd wedi gwario llai ar gostau eraill y cartref. Mae rhai wedi troi at fenthyca gan deulu, ffrindiau, neu fenthycwyr arian, ac mae nifer fwy pryderus (32%, n=16) yn dweud eu bod wedi troi at droseddu fel lladrata neu ddwyn o siopau.

[10] Mae rhai anghysondebau amlwg rhwng rhai o'r rhifau a gyflwynir mewn tablau oherwydd bod rhai ymatebwyr yn ymateb i rai cwestiynau ac yna ddim i rai eraill (h.y. lle rydym wedi nodi 'atebion coll'). Mae enghraifft yma (Tabl 3.13) lle roedd 50 o ymatebwyr wedi ymateb i'r cwestiwn am strategaethau ymdopi ar gyfer rheoli costau uwch, fodd bynnag, yn Nhabl 3.10 dim ond 40 o unigolion a nododd eu bod yn gwario mwy ar alcohol ers mis Mawrth 2020. Mae hyn yn helpu i esbonio anghysondebau eraill sy'n ymddangos rhwng rhifau sy'n cael eu cyflwyno i wahanol gwestiynau.

Tabl 3.13: Dulliau o dalu am gynnydd yng nghost alcohol

Dull	n	%
Mae gen i ddigon o incwm i allu talu am y gost ychwanegol heb newid fy mhatrymau gwario arferol	20	40
Rwyf wedi gwario llai ar gostau eraill y cartref	17	34
Rwyf wedi cyflawni troseddau eraill (lladrata/dwyn o siopau ayb.)	16	32
Rwyf wedi benthyg arian gan deulu neu ffrindiau	12	24
Rwyf wedi ponio neu werthu eitemau i godi arian ychwanegol	7	14
Rwyf wedi defnyddio fy nghynilion i helpu i dalu am y gost ychwanegol	7	14
Rwyf wedi dwyn arian oddi wrth deulu neu ffrindiau	6	12
Rwyf wedi benthyg arian gan fenthyciwr arian	5	10
Rydw i wedi bod yn cardota	4	8
Arall	2	4
Rydw i wedi bod yn ymwneud â gwaith rhyw	1	2

Nodyn: 71 ymateb coll a chaniateir mwy nag un ymateb.

Mae’r canlyniadau’n dangos bod cynnal eu hyfed, i rai, yn cael blaenoriaeth dros anghenion eraill y cartref.

Mae llawer wedi dweud eu bod yn gwario llai ar ddillad, costau bwyd, a biliau hanfodol fel nwy a thrydan.

Tabl 3.14: Gwario llai ar eitemau'r cartref i ariannu costau alcohol ers mis Mawrth 2020

Eitemau’r cartref	n	%
Dillad	48	75
Bwyd	45	70
Biliau cyfleustodau (nwy, trydan)	37	58
Adloniant	36	56
Cynnyrch cosmetig	11	17
Costau teithio	9	14
Arall	3	5

Nodyn: 57 ymateb coll a chaniateir mwy nag un ymateb.

Gofynnwyd cyfres o gwestiynau hefyd i ddefnyddwyr gwasanaeth yn ymwneud yn benodol â’r polisi isafbris alcohol yng Nghymru. Pan ofynnwyd iddynt a oeddent wedi clywed am MPA o’r blaen, dim ond un unigolyn oedd heb ateb y cwestiwn hwn, ac o blith y 120 a oedd wedi gwneud hynny, ychydig dros hanner (n=63; 53%) ddywedodd nad oeddent wedi clywed nac wedi cael gwybod am y polisi. Dywedodd 42 unigolyn arall (35%) fod ganddynt rywfaint o ymwybyddiaeth, gyda’r 15 (13%) arall yn dweud eu bod ‘ddim yn siŵr’.

Pan ofynnwyd a oeddent wedi sylwi ar unrhyw newidiadau ym mhris alcohol ers mis Mawrth 2020, dywedodd tri o bob pedwar (n=86; 75%) o'r rheini a ymatebodd eu bod wedi gwneud hynny, gan ategu'r data uchod ar wariant ar alcohol. Mae hyn yn awgrymu bod cynnydd mewn prisiau wedi bod yn ddigon sylweddol i'r rhan fwyaf o ddefnyddwyr sylwi arno.

Pan ofynnwyd iddynt am ymwybyddiaeth o gynhyrchion alcohol penodol nad ydynt ar gael mwyach ers mis Mawrth 2020, dywedodd dau o bob pump (n=50; 41%) nad oeddent wedi sylwi ar unrhyw newidiadau, gyda bron i un o bob tri (n=39; 32%) yn dweud eu bod wedi sylwi ar rywfaint o newid. Dywedodd y 32 unigolyn arall (27%) eu bod 'ddim yn siŵr'.

O'r 39 o ymatebwyr a ddywedodd eu bod wedi gweld newidiadau, roedd ychydig dros hanner (n=20; 51%) yn credu bod y newid yn barhaol ar y cyfan. Fodd bynnag, mae'r rhaniad cytbwys rhwng y rheini a ddywedodd mai newid dros dro oedd y newid (n=19; 49%) yn awgrymu, er bod rhai problemau o ran argaeledd wedi cael eu datrys, bod eraill wedi arwain at newidiadau parhaol i'r farchnad alcohol.

Mae newidiadau mewn prisiau ac argaeledd alcohol yn ymddangos yn eang, gyda llawer o'r ymatebwyr hynny a oedd wedi nodi newid wedi sylwi arno yn y rhan fwyaf neu'r cyfan o siopau/siopau adwerthu, gan awgrymu nad oedd yr effaith wedi'i chyfyngu i adwerthwyr penodol ond ei fod yn hytrach ffenomenon ar draws y farchnad gyfan.

Tabl 3.15: Newidiadau a nodwyd mewn siopau ac adwerthwyr o ran prisiau ac argaeledd alcohol

Newidiadau mewn siopau ac adwerthwyr	n	%
Y rhan fwyaf o siopau/adwerthwyr	13	33
Yr holl siopau/adwerthwyr	12	31
Rhai siopau/adwerthwyr	10	26
Dim ond fy siop/adwerthwr arferol	4	10

Nodyn: 82 ymateb coll.

<u>Newidiadau – ers mis Mawrth 2020</u>

Gofynnwyd i'r ymatebwyr a oedd unrhyw un o'r pum mater canlynol wedi newid ers mis Mawrth 2020: (1) faint o alcohol y maent wedi'i yfed; (2) pa mor aml y maent yn yfed alcohol; (3) o ble y maent yn prynu eu halcohol; (4) eu defnydd o gyffuriau presgripsiwn a/neu gyffuriau dros y cownter; a (5) eu defnydd o gyffuriau anghyfreithlon.

Wrth ymateb 'do' i bob un o'r uchod, gofynnwyd cwestiwn dilynol i'r ymatebwyr ynghylch i ba raddau yr oedd naill ai'r prisiau neu ffactorau eraill yn ffactorau a oedd yn cyfrannu at

unrhyw un o’r newidiadau a nodwyd. Yr ymatebion a ganiatawyd oedd: (1) ffactor mawr, (2) ffactor bach, neu (3) ddim yn ffactor o gwbl Cyflwynir y canlyniadau yn y gyfres o dablau isod.

Tabl 3.16: Cyfraniad prisiau a ffactorau eraill at newidiadau a nodwyd ers mis Mawrth 2020 – o ran faint o alcohol a oedd yn cael ei yfed gan ymatebwyr

A. Newidiadau yn faint o alcohol a yfwyd gan ymatebwyr ers mis Mawrth 2020	**n**	**%**
Do	75	66
Na	39	34
B. I’r rhai a atebodd ‘do’, pa gyfraniad mae pris alcohol wedi’i wneud at y newid(iadau)?	**n**	**%**
Ffactor mawr	22	30
Ffactor bach	23	31
Ddim yn ffactor o gwbl	29	39
C. I’r rhai a ymatebodd ‘do’, pa gyfraniad mae ffactorau (ar wahân i bris) wedi’i wneud i’r newid(iadau)?	**n**	**%**
Ffactor mawr	27	55
Ffactor bach	10	20
Ddim yn ffactor o gwbl	12	24

Nodyn: Roedd 7 ymateb coll ar gyfer A; 1 ymateb coll ar gyfer B; a 26 ymateb coll ar gyfer C.

Tabl 3.17: Cyfraniad prisiau a ffactorau eraill at newidiadau a nodwyd ers mis Mawrth 2020 – o ran amlder yfed gan ymatebwyr

A. Newidiadau yn amlder yfed gan ymatebwyr ers mis Mawrth 2020	**n**	**%**
Do	72	66
Na	42	34
B. I’r rhai a atebodd ‘do’, pa gyfraniad mae pris alcohol wedi’i wneud at y newid(iadau)?	**n**	**%**
Ffactor mawr	20	28
Ffactor bach	23	32
Ddim yn ffactor o gwbl	28	39
C. I’r rhai a ymatebodd ‘do’, pa gyfraniad mae ffactorau (ar wahân i bris) wedi’i wneud i’r newid(iadau)?	**n**	**%**
Ffactor mawr	26	54
Ffactor bach	10	21
Ddim yn ffactor o gwbl	12	25

Nodyn: Roedd 7 ymateb coll ar gyfer A; 1 ymateb coll ar gyfer B; a 24 ymateb coll ar gyfer C.

Tabl 3.18: Cyfraniad prisiau a ffactorau eraill at newidiadau a nodwyd ers mis Mawrth 2020 – o ran ble (lleoliad) y prynir alcohol gan ymatebwyr

A. Newidiadau o ran lle mae ymatebwyr yn prynu eu halcohol ers mis Mawrth 2020	n	%
Do	42	37
Na	71	63
B. I'r rhai a atebodd 'do', pa gyfraniad mae pris alcohol wedi'i wneud at y newid(iadau)?	**n**	**%**
Ffactor mawr	16	38
Ffactor bach	11	26
Ddim yn ffactor o gwbl	15	36
C. I'r rhai a ymatebodd 'do', pa gyfraniad mae ffactorau (ar wahân i bris) wedi'i wneud i'r newid(iadau)?	**n**	**%**
Ffactor mawr	10	32
Ffactor bach	12	39
Ddim yn ffactor o gwbl	9	29

Nodyn: Roedd 8 ymateb coll ar gyfer A; a 11 ymateb coll ar gyfer C.

Tabl 3.19: Cyfraniad prisiau a ffactorau eraill at newidiadau a nodwyd ers mis Mawrth 2020 – o ran defnydd yr ymatebwyr o gyffuriau presgripsiwn a/neu gyffuriau dros y cownter

A. Newidiadau yn y defnydd o gyffuriau presgripsiwn a/neu dros y cownter gan ymatebwyr ers mis Mawrth 2020	n	%
Do	31	27
Na	84	73
B. I'r rhai a atebodd 'do', pa gyfraniad mae pris alcohol wedi'i wneud at y newid(iadau)?	**n**	**%**
Ffactor mawr	9	31
Ffactor bach	6	21
Ddim yn ffactor o gwbl	14	48
C. I'r rhai a ymatebodd 'do', pa gyfraniad mae ffactorau (ar wahân i bris) wedi'i wneud i'r newid(iadau)?	**n**	**%**
Ffactor mawr	7	33
Ffactor bach	7	33
Ddim yn ffactor o gwbl	7	33

Nodyn: Roedd 6 ymateb coll ar gyfer A; 2 ymateb coll ar gyfer B; a 10 ymateb coll ar gyfer C.

Tabl 3.20: Cyfraniad prisiau a ffactorau eraill at newidiadau a nodwyd ers mis Mawrth 2020 – o ran defnydd yr ymatebwyr o gyffuriau anghyfreithlon

A. Newidiadau yn y defnydd o gyffuriau anghyfreithlon gan ymatebwyr ers mis Mawrth 2020	**n**	**%**
Do	26	23
Na	86	77
B. I'r rhai a atebodd 'do', pa gyfraniad mae pris alcohol wedi'i wneud at y newid(iadau)?	**n**	**%**
Ffactor mawr	10	38
Ffactor bach	6	23
Ddim yn ffactor o gwbl	10	38
C. I'r rhai a ymatebodd 'do', pa gyfraniad mae ffactorau (ar wahân i bris) wedi'i wneud i'r newid(iadau)?	**n**	**%**
Ffactor mawr	9	60
Ffactor bach	2	13
Ddim yn ffactor o gwbl	4	27

Nodyn: Roedd 9 ymateb coll ar gyfer A; a 11 ymateb coll ar gyfer C.

Safbwyntiau ar bolisi MPA

Yn bwysig, gofynnwyd i ddefnyddwyr gwasanaeth a oeddent yn credu bod MPA wedi bod yn effeithiol o ran lleihau niwed sy'n gysylltiedig ag alcohol ac a ddylid parhau â hynny. Roedd y teimlad cyffredinol ymysg y grŵp hwn yn glir, gyda thri o bob pump yn anghytuno â'r datganiad bod MPA wedi bod yn effeithiol o ran lleihau niwed sy'n gysylltiedig ag alcohol.

Tabl 3.21: I ba raddau ydych chi'n cytuno neu'n anghytuno â'r datganiad: "Mae isafbris alcohol wedi bod yn effeithiol o ran lleihau niwed sy'n gysylltiedig ag alcohol yng Nghymru"

Lefel y cytundeb/anghytundeb	n	%
Cytuno'n gryf	7	6
Cytuno i raddau	15	13
Ddim yn cytuno nac yn anghytuno	26	22
Anghytuno i raddau	14	12
Anghytuno'n gryf	56	47

Nodyn: 3 ymateb coll.

Mae hyn yn awgrymu datgysylltiad rhwng canlyniadau bwriadedig y polisi a'r canfyddiad o'i effaith ymysg y rhai sy'n defnyddio gwasanaethau.

Mae gwrthwynebiad cryf hefyd yn y grŵp hwn i MPA parhaus yng Nghymru, sy'n adlewyrchu'r teimlad am ei effeithiolrwydd.

Tabl 3.22: Barn ynghylch a ddylid parhau ag MPA yng Nghymru

Barn	n	%
Yn gryf o blaid	8	7
Ychydig o blaid	13	11
Ddim o blaid nac yn erbyn	21	18
Ychydig yn erbyn	15	13
Yn gryf yn erbyn	54	46
Ddim yn gwybod	7	6

Nodyn: 3 ymateb coll.

Pan ofynnwyd am opsiynau yn y dyfodol ar y lefel y dylid gosod yr isafbris fesul uned, awgrymodd tua un o bob 10 (n=12; 11%) y dylai fod yn uwch na'r 50c presennol fesul uned, gydag un o bob chwech (n=18; 16%) yn awgrymu y dylid ei ostwng, ac un o bob pedwar (n=26; 23%) y dylid ei gadw ar ei lefel bresennol. Yn gyson â'r canfyddiadau uchod, roedd hanner (n=58; 51%) yr ymatebwyr yn awgrymu cael gwared â'r MPA.

Tabl 3.23: Barn ar newid y MUP o'r lefel bresennol o 50c fesul uned

Barn	n	%
Ei godi	12	11
Ei ostwng	18	16
Ei gadw ar 50c	26	23
Cael gwared â'r MPA a dim isafbris uned	58	51

Nodyn: 7 ymateb coll.

3.2 Prif ganfyddiadau – y rhai a ymatebodd i'r arolwg darparwyr gwasanaeth

<u>Natur gyffredinol cyflwyniadau mewn gwasanaethau</u>

Cyflwynir yr ymatebion ar gyfer yr adran gyntaf hon o gwestiynau yn dibynnu ar p'un a yw staff wedi bod yn eu swydd am dair blynedd neu lai (n=25; 28%), neu fwy na thair blynedd (n=65; 72%).

Gofynnwyd i'r ymatebwyr nodi'r cynhyrchion alcohol maen nhw'n eu hystyried ar hyn o bryd sydd yn fwyaf problemus neu'n cael eu defnyddio'n gyffredin ymysg eu defnyddwyr gwasanaeth. Yn benodol, gofynnwyd iddynt nodi diodydd sy'n arbennig o gysylltiedig â phatrymau yfed niweidiol.

Gofynnwyd i'r ymatebwyr restru'r tri math mwyaf cyffredin o gynnyrch alcohol y mae eu defnyddwyr gwasanaeth yn dweud eu bod yn broblemus. Roedd y canlyniadau fel a ganlyn:

Tabl 3.24: Y mathau mwyaf cyffredin o gynnyrch alcohol ymysg defnyddwyr gwasanaeth

Nodwyd gan staff gyda LLAI na 3 blynedd o brofiad	Nodwyd gan staff gyda MWY na 3 blynedd o brofiad
1. Mwyaf problemus/cyffredin: • Fodca (58%) • Seidr Cryf (57%) • Gwin (53%)	1. Mwyaf problemus/cyffredin: • Fodca (55%) • Lager Cryf (52%)
2. Ail fwyaf problemus/cyffredin: • Jin (56%) • Lager Cryf (50%) • Seidr (42%)	2. Ail fwyaf problemus/cyffredin: • Lager (45%)
3. Trydydd mwyaf problemus/cyffredin: • Cwrw arall (89%) • Wisgi (50%) • Gwirodydd eraill (50%)	3. Trydydd mwyaf problemus/cyffredin: • Cwrw arall (43%) • Jin (42%)

Nodyn: Caniateir mwy nag un ymateb. Mae'r canrannau hyn yn cynrychioli cyfran y cyfranogwyr a oedd wedi rhestru pob diod yn y categori perthnasol.

Gofynnwyd i'r cyfranogwyr gategoreiddio'r prif fath o yfwyr ar eu llwyth achosion, gan wahaniaethu rhwng y rheini sy'n profi problemau sy'n ymwneud ag alcohol yn unig a'r rheini sy'n wynebu problemau gydag alcohol a chyffuriau. Hefyd, gofynnwyd iddynt restru'r pedwar prif fath o yfwyr y maent yn dod ar eu traws. Roedd y canlyniadau'n dangos mai yfwyr dibynnol oedd fwyaf cyffredin, a nodwyd gan 60% a 61% o'r ymatebwyr yn y drefn honno fel eu prif gategori. Roedd yfwyr gormodol yn ail ar 44% a 37% yn y drefn honno, ac yna roedd pobl sy'n goryfed mewn pyliau yn 28% a 34%, yn y drefn honno. Yn ddiddorol, roedd yfwyr achlysurol yn y pedwerydd safle ond gyda'r canrannau uchaf sef 72% a 78% yn y drefn honno, sy'n awgrymu, er nad y rhain yw'r categori mwyaf problemus o bosibl, eu bod yn cynrychioli cyfran sylweddol o'r llwyth achosion ar gyfer llawer o ddarparwyr.

Tabl 3.25: Categorïau a mathau amlycaf o yfwyr ar lwyth achosion

Nodwyd gan staff gyda LLAI na 3 blynedd o brofiad			**Nodwyd gan staff gyda MWY na 3 blynedd o brofiad**		
Categori yfwr	n	%	**Categori yfwr**	n	%
Pobl sy'n cael problemau gydag alcohol yn unig	7	28	Pobl sy'n cael problemau gydag alcohol yn unig	23	35
Pobl sy'n cael problemau gydag alcohol a chyffuriau	18	72	Pobl sy'n cael problemau gydag alcohol a chyffuriau	42	65
Mathau o yfwyr	n	%	**Mathau o yfwyr**	n	%
Dibynnol	15	60	Dibynnol	39	61
Gormodol	11	44	Gormodol	23	37
Goryfed mewn pyliau	7	28	Goryfed mewn pyliau	21	34
Achlysurol	18	72	Achlysurol	45	78

Nodyn: Caniateir mwy nag un ymateb ar gyfer y math o yfwr.

Gofynnwyd i'r ymatebwyr adrodd ar newidiadau mewn prif gyflwyniadau eraill yn eu gwasanaeth, gan ganolbwyntio ar faterion sy'n aml yn gysylltiedig â defnydd problemus o alcohol. Fe'u hysgogodd yn benodol i ystyried tueddiadau mewn digartrefedd, ansicrwydd tai (yn deillio o ddigartrefedd llwyr), pryderon iechyd meddwl, problemau iechyd corfforol, a defnydd banciau bwyd. Ar gyfer pob un o'r categorïau hyn, gofynnwyd i ymatebwyr nodi a oeddent wedi sylwi ar gynnydd, gostyngiad neu ddim newid yn nifer y defnyddwyr gwasanaeth. Mae'r tabl isod yn dangos y cyfrannau sy'n nodi cynnydd ar gyfer pob math o gyflwyniad.

Tabl 3.26: Newidiadau mewn cyflwyniadau amlycaf eraill ymysg defnyddwyr gwasanaeth

Nodwyd gan staff gyda LLAI na 3 blynedd o brofiad	Nodwyd gan staff gyda MWY na 3 blynedd o brofiad
Digartrefedd	**Digartrefedd**
• Cynnydd yn amlder cyflwyniadau dros y flwyddyn i dair blynedd ddiwethaf (77%)	• Cynnydd yn amlder cyflwyniadau dros y flwyddyn i dair blynedd ddiwethaf (82%)
Ansicrwydd tai	**Ansicrwydd tai**
• Cynnydd yn amlder cyflwyniadau dros y flwyddyn i dair blynedd ddiwethaf (82%)	• Cynnydd yn amlder cyflwyniadau dros y flwyddyn i dair blynedd ddiwethaf (77%)
Problemau iechyd meddwl	**Problemau iechyd meddwl**
• Cynnydd yn amlder cyflwyniadau dros y flwyddyn i dair blynedd ddiwethaf (88%)	• Cynnydd yn amlder cyflwyniadau dros y flwyddyn i dair blynedd ddiwethaf (97%)
Iechyd corfforol	**Iechyd corfforol**
• Cynnydd yn amlder cyflwyniadau dros y flwyddyn i dair blynedd ddiwethaf (50%)	• Cynnydd yn amlder cyflwyniadau dros y flwyddyn i dair blynedd ddiwethaf (77%)
Banciau bwyd	**Banciau bwyd**
• Cynnydd yn amlder cyflwyniadau dros y flwyddyn i dair blynedd ddiwethaf (86%)	• Cynnydd yn amlder cyflwyniadau dros y flwyddyn i dair blynedd ddiwethaf (89%)

Nodiadau: Caniateir mwy nag un ymateb.

O ystyried bod yr astudiaeth hon yn canolbwyntio’n bennaf ar brisio alcohol, gofynnwyd i ddarparwyr gwasanaethau am ganfyddiadau o fforddiadwyedd alcohol ar gyfer eu defnyddwyr gwasanaeth, gyda diddordeb penodol mewn sut gallai’r canfyddiadau hyn fod wedi newid dros y flwyddyn i dair blynedd diwethaf.

I archwilio hyn, gofynnwyd i’r cyfranogwyr bwyso a mesur sawl agwedd allweddol:

1. Amlder sgyrsiau am brisiau alcohol gyda’u cleientiaid.
2. Sylwadau ar fforddiadwyedd alcohol i ddefnyddwyr gwasanaeth.
3. Newidiadau mewn fforddiadwyedd.

Cyflwynir y canlyniadau yn y tri thabl isod.

Mae’r mwyafrif helaeth o ddarparwyr gwasanaethau (n=87; 97%) yn dweud eu bod yn cael trafodaethau am brisiau alcohol gyda’u defnyddwyr gwasanaeth, er bod amlder sgyrsiau o’r fath yn amrywio’n sylweddol o 14 allan o 90 (16%) sy'n dweud eu bod bob amser yn cael

sgyrsiau o’r fath, hyd at 12 allan o 90 (13%) sy’n dweud eu bod ‘yn anaml’ yn cael sgyrsiau o’r fath.

Tabl 3.27: Amlder sgyrsiau am brisiau alcohol gyda defnyddwyr gwasanaeth

Amlder	n	%
Drwy’r amser	14	16
Y rhan fwyaf o’r amser	25	28
Weithiau	36	40
Anaml iawn	12	13
Byth	3	3

Pan ofynnwyd iddynt pa mor fforddiadwy yw alcohol i’w cleientiaid, dywedodd saith o bob 10 darparwr (n=63, 70%) ei bod yn ‘anodd’ (i raddau amrywiol) i gleientiaid ei fforddio.

Tabl 3.28: Sylwadau ar fforddiadwyedd alcohol i ddefnyddwyr gwasanaeth

Lefel fforddiadwyedd alcohol a welwyd	n	%
Anfforddiadwy iawn	8	9
Anodd ei fforddio	35	39
Ychydig yn anfforddiadwy	20	22
Gallu ymdopi	16	18
Fforddiadwyedd ddim yn bryder	11	12
Ddim yn siŵr neu ddim yn gwybod	0	0

Wrth edrych ar dueddiadau dros yr un i dair blynedd diwethaf, dywedodd bron i ddwy ran o dair o’r darparwyr gwasanaeth (n=55; 62%) fod alcohol wedi dod yn llai fforddiadwy i’w cleientiaid.

Tabl 3.29: Sylwadau ar natur newidiol fforddiadwyedd alcohol i ddefnyddwyr gwasanaeth dros yr 1-3 blynedd diwethaf

Newidiadau i fforddiadwyedd alcohol a welwyd	n	%
Mwy fforddiadwy	2	2
Ychydig yn fwy fforddiadwy	1	1
Ddim yn fwy fforddiadwy nac anfforddiadwy	19	21
Ychydig yn llai fforddiadwy	14	16
Llai fforddiadwy	41	46
Ddim yn siŵr neu ddim yn gwybod	13	14

Gofynnwyd i ddarparwyr gwasanaeth hefyd nodi a rhestru (o un i bump) y pum prif ffactor (gydag un yn ffactor mwyaf arwyddocaol) y maent yn credu sy'n cyfrannu at neu'n gwaethygu yfed problemus ymysg eu defnyddwyr gwasanaeth. Cyflwynwyd yr ystod ganlynol o opsiynau iddynt: costau byw; profiad o bandemig COVID-19; sefyllfa tai; unigedd/unigrwydd; iechyd meddwl; MPA; defnydd o gyffuriau eraill; rheoli poen; iechyd corfforol; perthnasoedd; pwysau cymdeithasol/cymheiriaid; a thrawma. Datgelodd y canlyniadau ryngweithiad cymhleth o ffactorau. Ymatebodd pob un o'r 90 o ymatebwyr i'r cwestiwn hwn. Mae'r canrannau canlynol yn dangos faint o'r ymatebwyr a nododd bob ffactor yn eu pum prif ffactor.

1. Daeth materion iechyd meddwl i'r amlwg fel y ffactor mwyaf arwyddocaol, a nodwyd gan 63% o'r ymatebwyr, wedi'i ddilyn yn agos gan drawma, ar 57%.
2. Gosodwyd pwysau cymheiriaid neu gymdeithasol fel y ffactor pwysicaf nesaf gan 35% o'r ymatebwyr.
3. Yna, nodwyd defnydd o gyffuriau eraill gan 32% o'r ymatebwyr.
4. Cafodd MPA ei nodi gan 29% o'r ymatebwyr.
5. Rheoli poen a chostau byw oedd y ffactorau pwysicaf nesaf, a ddewiswyd gan 21% o'r ymatebwyr.

<u>Cwestiynau penodol am MPA</u>

Dywedodd tua dau o bob pump (n=39; 44%) o'r 89 darparwr gwasanaeth eu bod wedi cael gwybodaeth am MPA, ond roedd un o bob tri (n=31; 35%) yn ansicr a oeddent wedi cael unrhyw wybodaeth, gyda'r gweddill (n=19; 21%) yn dweud nad oedd eu gwasanaeth wedi cael unrhyw wybodaeth am MPA. Roedd y rhan fwyaf o'r rheini a oedd wedi cael gwybodaeth (n=39) naill ai'n syth ar ôl cyflwyno'r MPA (n=18; 46%) neu cyn rhoi'r MPA ar waith (n=13; 33%).

Canllawiau ffurfiol Llywodraeth Cymru oedd y ffynhonnell wybodaeth fwyaf cyffredin, a adroddwyd gan un o bob tri o'r 90 o ymatebwyr (n=29; 32%), gyda chyfran debyg (n=28; 31%) ddim yn cofio'r ffynhonnell, gan nodi problemau posibl gydag effaith y wybodaeth a ddarparwyd. Roedd y newyddion a'r cyfryngau hefyd yn chwarae rhan bwysig, a adroddwyd gan un o bob pedwar (n=24; 27%), gan awgrymu bod sianeli anffurfiol yn bwysig o ran lledaenu gwybodaeth, tra bod un o bob pedwar (n=22; 24%) wedi cynnal eu hymchwil eu hunain, gan awgrymu dull rhagweithiol gan rai darparwyr gwasanaeth. Canllawiau ffurfiol y Bwrdd Cynllunio Ardal (APB) oedd y ffynhonnell leiaf cyffredin a nodwyd, gan un ymatebydd o bob pump (n=16; 18%).

Mynegodd tua hanner y darparwyr gwasanaethau (n=46; 51%) fod angen mwy o wybodaeth am MPA, ac roedd un o bob tri (n=30; 33%) yn dweud eu bod yn ansicr.

Pan ofynnwyd am newidiadau yn nifer yr yfwyr niweidiol mewn gwasanaethau y mae darparwyr gwasanaethau’n eu priodoli'n uniongyrchol i'r MPA, dywedodd 41% (n=37) nad oedd unrhyw newid, roedd 40% (n=36) yn ansicr ac roedd y 19% arall (n=17) yn teimlo bod mwy o yfwyr niweidiol nag arfer wedi cyflwyno. O ran math neu broffil yfwyr niweidiol, roedd 42% (n=38) wedi sylwi ar newidiadau ac roedd cyfran debyg (n=39; 43%) yn ansicr.

Roedd mwyafrif bach (n=48; 53%) o ddarparwyr gwasanaethau wedi nodi tystiolaeth o newidiadau mewn ymddygiad yfwyr oherwydd MPA, ac nid oedd 47% (n=42) wedi gwneud hynny. O’r rhai a welodd newidiadau, nodwyd ‘dwyn alcohol’ gan 76% (n=68) o’r ymatebwyr. Nododd saith o bob 10 (69%,n=62) eu bod yn ‘ailgyfeirio cyllid’ i dalu am alcohol, gydag ychydig dros ddwy ran o dair (n=60; 67%) yn adrodd am ‘ddwyn o siopau’. Roedd tri o bob pump (59%; n=53) wedi nodi ‘newid mathau o ddiod’, gyda hanner yr ymatebwyr (n=45; 50%) yn dweud eu bod yn ‘dod o hyd i ffynonellau arian eraill’. Dywedodd ychydig o dan hanner yr ymatebwyr eu bod yn ‘newid i gyffuriau eraill’ (n=43; 48%).

Mae canlyniadau’r arolwg yn awgrymu diffyg consenswS ar effeithiolrwydd MPA o ran lleihau niwed sy’n gysylltiedig ag alcohol. Roedd tua 34% (n=31) o ddarparwyr gwasanaeth yn teimlo nad oedd yn effeithiol, gyda’r un gyfran 34% (n=31) ddim yn cytuno nac yn anghytuno ynghylch a yw wedi bod yn effeithiol, ac ychydig yn llai (32%; n=28) yn cytuno ei fod yn effeithiol.

Mae’r farn ynghylch a ddylai’r MPA barhau yn amrywiol, gyda bron i un o bob tri o’r 89 o ymatebwyr a atebodd y cwestiwn hwn (n=28; 31%) yn dweud eu bod yn niwtral (ddim o blaid nac yn erbyn). Roedd ychydig dros un o bob pedwar ymatebydd (27%) naill ai o blaid parhau â’r polisi (n=21; 24%) neu’n gryf o blaid (n=3; 3%), ac roedd tua un rhan o dair (32%) naill ai’n gryf yn erbyn parhau â'r polisi (n=18; 20%) neu rywfaint yn erbyn y polisi (n=11; 12%). Nid oedd yr wyth ymatebydd arall (9%) yn gwybod a ddylai’r polisi barhau.

O ran dyfodol prisio MPA, mae 33 o’r 86 o ymatebwyr i’r cwestiwn hwn (38%) yn awgrymu y dylid ei gadw ar 50c, gyda 32 o ymatebwyr (37%) o blaid cael gwared ar MPA, ac roedd 18 o ymatebwyr eraill (21%) yn teimlo y dylid ei gynyddu. Dim ond tri ymatebydd (3%) a awgrymodd y dylid gostwng yr MUP.

4. Atodiad D – Nodweddion ymatebwyr i gyfweliad (Defnyddwyr Gwasanaeth a Darparwyr Gwasanaeth)

4.1 Nodweddion sampl y rhai a ymatebodd i gyfweliad

Tabl 4.1: Nodweddion ymatebwyr i gyfweliad (yfwyr)

Rhywedd	n	%
Gwrywaidd	10	59
Benywaidd	7	41
Cyfanswm	17	100
Oed	n	%
18-19	0	0
20-24	3	18
25-34	2	12
35-44	6	35
45-54	3	18
55-64	3	18
65-74	0	0
Mae’n well gen i beidio â dweud	0	0
Cyfanswm	17	100
Ardal APB	n	%
Caerdydd a’r Fro	6	35
Gogledd Cymru	4	24
Gwent	3	18
Powys	2	12
Dyfed	1	6
Bae’r Gorllewin	1	6
Cwm Taf	0	0
Cyfanswm	17	100
Yfwr presennol neu ddiweddar	n	%
Yfwr presennol	10	59
Yfwr diweddar	7	41
Cyfanswm	17	100
Prif ddewis o alcohol	n	%
Cwrw/lager/seidr cryfder arferol	7	41
Gwirodydd	7	41
Gwin	2	12
Cwrw/lager/seidr cryf	1	6
Sherry neu Martini	0	0
Cyfansymiau	17	100

Tabl 4.2: Nodweddion ymatebwyr i gyfweliad (darparwyr gwasanaeth)

Rhywedd	n	%
Gwrywaidd	8	53
Benywaidd	7	47
Cyfanswm	15	100
Ardal APB	n	%
Caerdydd a'r Fro	3	20
Cwm Taf	2	13
Dyfed	2	13
Gwent	2	13
Gogledd Cymru	2	13
Powys	2	13
Bae'r Gorllewin	2	13
Cyfanswm	15	100
Math o wasanaeth	n	%
Y sector gwirfoddol (arbenigol)	15	100
Y sector statudol (arbenigol)	0	0
Cyfanswm	15	100
Math o rôl	n	%
Gweithiwr allweddol / deiliad achos	7	47
Arweinydd tîm / uwch ymarferydd	3	20
Arall – Trydydd Sector â thâl	1	7
Gweithiwr allgymorth	1	7
Mentor cymheiriaid	1	7
Rheolwr gwasanaeth	1	7
Gweithiwr cymorth	1	7
Cyfansymiau	15	100
Cyfnod o amser yn gweithio gyda'r boblogaeth hon	n	%
Llai na 5 mlynedd	5	33
Mwy na 5 mlynedd	10	67
Cyfanswm	15	100

5. Atodiad E – Themâu Ansoddol ac Enghreifftiau

Fel pob astudiaeth ansoddol, mae gennym lawer mwy o ddata nag y gallwn ei gyflwyno o fewn cyfyngiadau adroddiadau cryno. Yn yr atodiad hwn rydym yn darparu enghreifftiau pellach i'r rhai sydd wedi'u cynnwys yn y prif adroddiad. Y mater allweddol yw bod y cyfweliadau ar draws amrywiaeth o ystyriaethau yn rhoi sylw i fanylion a naws.

Cyfweliadau â Defnyddwyr Gwasanaeth

Tabl 5.1: Cyfweliadau ac arolygon Defnyddwyr Gwasanaeth – themâu ac enghreifftiau ansoddol

Thema macro	Thema micro	Enghreifftiau ansoddol
Newidiadau i'r defnydd o alcohol a chyffuriau	Mathau o alcohol a phatrymau yfed	'Dydw i ddim yn meddwl bod y swm roeddwn i'n ei yfed yn cynyddu. Dwi'n meddwl fy mod i'n eithaf cyson (...) Rwy'n meddwl mai'r [polisi prisio] oedd y gwelltyn a dorrodd gefn y camel...wnes i ddim yfed unrhyw beth a oedd yn ddi-alcohol. Roedd pob diod a gefais yn alcoholig.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #14] 'Dros y 12 mis diwethaf, roeddwn i'n yfed yn eithaf trwm i'r graddau fy mod i'n deffro yn y bore ac yn cael diod, yn cael can o gwrw. Yn y bôn, roeddwn i'n defnyddio alcohol yn greiddiol mewn gwirionedd. Mae'n ddoniol oherwydd doeddwn i ddim yn yfed i feddwi oherwydd doeddwn i ddim yn meddwi. Roeddwn i'n yfed er mwyn gallu gweithredu, i gael pethau wedi'u gwneud yn ystod y dydd...mae'n debyg y byddwn i'n yfed yn hytrach na pheidio ag yfed, ond mae adegau wedi bod pan nad ydw i wedi cael arian ac wedi prynu sigarennau a pheidio ag yfed.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #16] 'Gyda'r [ABV] is, maen nhw'n gwybod eu bod yn yfed lefel is, ac maen nhw'n mynd i yfed mwy. Felly, maen nhw'n mynd i brynu mwy. Dyna'r unig beth gyda mi. Rydw i'n gwybod os ydw i'n yfed ychydig o ganiau, dydy hynny ddim wir yn mynd i wneud unrhyw beth oherwydd rydw i wedi arfer yfed gwirodydd, yn ogystal â phan oeddwn i'n yfed seidr a phopeth a 'snakebites' – a dydych chi ddim i fod i gymysgu diodydd a stwff ac – oherwydd eich bod chi'n prynu'r seidr rhad ac nid yw'n gwneud unrhyw beth, byddwch chi'n prynu – rydw i'n gwybod fy mod i'n mynd i brynu gwirodydd

		yn syth oherwydd rwy'n gwybod bod hynny yn mynd i weithio i mi.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #08] 'Roeddwn wedi dechrau yfed gwirodydd a byddwn i'n mynd i brynu'r gwirodydd rhataf y gallwn i ddod o hyd iddyn nhw. Yna mae wedi newid i gwrw'n unig. Cefais fy nadwenwyno gyntaf ar ôl yr ysbrydion ac es i at gwrw wedyn ac nid wyf wedi cyffwrdd â gwirodydd ers hynny (...) Dwi'n meddwl mai dyna pryd oeddwn i ar fy ngwaethaf mewn gwirionedd.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #04]
	Argaeledd alcohol (rhad)	'Dyna beth wnes ddechrau arno [fodca â brand] o [enw archfarchnad], ond unwaith roedd yr un pris ym mhob man, waeth i mi gael y [fodca â brand].' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #14] 'Roeddwn i'n arfer yfed [cwrw â brand] ac o ystyried fy mod i'n arfer ei gael o [enw archfarchnad], roedd yn rhad iawn. Roedd yn rhad cael gafael arno, felly gallech brynu - esgusodwch fi - gallech brynu pedwar can am lai na phum punt. Felly, roedd hi'n hawdd mynd i mewn yno a phrynu llwyth o ganiau ac roedd yn eithaf rhad.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #16] 'I garej oherwydd mai nhw yw'r unig lefydd sy'n gwerthu [lager rhad â brand] [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #08] 'Rydw i wedi sylwi nawr, mae hyd yn oed y pedwar can yn mynd. Maen nhw'n cael y bocsys, y bocsys mawr. Maen nhw'n ceisio cael gwared â nhw - ac maen nhw'n 11 punt mewn gwirionedd, 12 punt y bocs.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #11] 'Dydy rhai siopau ddim hyd yn oed yn ei werthu [poteli 3 litr o seidr] mwyach oherwydd pa mor ddrud oedd y poteli seidr.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #12] 'Mae'n rhy hawdd cael gafael arno. Rhy hawdd o lawer. Mae fy nepo [enw gwasanaeth danfon bwyd] yn llythrennol ar ben fy stryd, felly mae'n cyrraedd yma o fewn ychydig funudau. Felly, mae mor gyfleus â hynny, mae'n anodd. Mae'r temtasiwn yn rhy real. Mae'n ormod. Pe bai'n rhaid i mi aros hanner awr, 40 munud amdano, mae'n debyg y byddwn i'n mynd hebddo oherwydd erbyn hynny mae'n debyg fy mod i wedi sobri ychydig a dydw i ddim eisiau dal ati ac mae'n debyg fy mod i eisiau mynd i gysgu.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #13]

		'Mae'n hawdd cael diod. Os oedd yn gyffuriau, yna os na allwch chi ei gael, allwch chi ddim ei gael. Ond diod, mae ar gael ym mhobman.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #17] 'Mae'n ddeniadol, ie, ac yn enwedig nawr gyda'r holl alcopops gwahanol hyn. Ac rwy'n dweud wrthych un peth a oedd yn beryglus mewn gwirionedd. Roeddwn i'n gweithio mewn [enw allfa adwerthu] ac roedd silff yn llawn diodydd egni, ac rwy'n cofio un o'r merched a oedd yn gwella mewn gwirionedd a aeth i afael yn y can hwn. Roedd hi'n meddwl ei fod yn [enw diod egni] neu beth bynnag, ac roeddwn i'n adnabod y can, ac roedd yn cael ei alw'n [enw diod alcoholig cryf] neu'n rhywbeth, gyda chyfaint (ABV) y can, a roedden nhw wedi ei roi yng nghanol y diodydd egni.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #07]
	Blaenoriaeth fforddiadwyedd alcohol (gwneud penderfyniadau)	'Na, a bod yn onest, nid oedd yn fforddiadwy [hyd yn oed cyn yr MPA]. Byddai'r siopau yr oeddem yn eu hadnabod yn ein ticio. Byddai'n ei fenthyg inni, a chyrhaeddodd bwynt lle'r oedd £100 yn ddyledus iddo, oherwydd byddwn yn mynd bob bore. Byddai'n rhoi litr o fodca a photel o coke i mi ac yna byddwn yn ei dalu pan gefais fy nhalu. Felly, £100.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #09] 'Rwy'n cofio, ychydig flynyddoedd yn ôl, roeddwn i'n arfer gallu prynu'r - [enw brand lager cryf], roedden nhw'n arfer bod yn £1.10. Nawr maen nhw'n £1.90 neu £1.80 neu £1.70 am un. Felly, fel pan oeddech chi'n arfer gallu prynu tri neu bedwar, nawr rydych chi'n prynu dau am yr un pris (...) mae'n llawer drutach nawr ond dyna pam fy mod i'n dewis mynd am wirodydd fel arfer.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #08] 'Fy mhryder mawr yw gwneud yn siŵr bod gen i ddigon o alcohol ar gyfer y noson, er mwyn mynd drwy'r noson, er mwyn i mi allu cysgu (...) Mae gen i ofn enfawr o beidio â gallu cysgu.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #11] 'Mae'n rhaid i chi brynu'r cryfaf y gallwch chi am y pris rhataf posibl, oherwydd does dim pwynt mynd a gwario £2 ar [enw lager enwog]. Nid yw'n mynd i wneud unrhyw beth i chi. Does dim digon o unedau ynddo. Felly, ie, y cryfaf am y pris rhataf.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #09]

‘Mae’r cyfan yn ymwneud ag arian. Popeth (...) A does byth dim digon.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #09]

‘Byddwn i’n cael potel o win am £3.90, £4, ond byddai hyd yn oed hynny’n costio hyd at £5, £6. Y bargeinion a oedd yn cadw popeth yn rhad, aeth hynny i fyny. Fe wnaethon nhw roi’r gorau i wneud hynny. Mae hyd yn oed y gwirodydd canran is fel y... Wyddoch chi, fel y rhai cymysg... Yr [enw diod gymysg] a phethau felly, rydych chi’n gwybod beth ydw i’n ei olygu? Yr alcoholau blas ffrwythau, canran is. Aethant i fyny, felly seidr blas ffrwythau a phethau felly. Bydden nhw’n codi hyd at £8. Roedd wedi gwneud i mi feddwl, “Iawn, fe gaf i fwy, alcohol canran uwch, oherwydd fy mod i’n talu’r un pris.”’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #14]

‘Mae’r [cynnydd yn y pris] wedi [cael effaith] oherwydd roeddwn i’n gallu bod yn fwy prin o arian... doeddwn i ddim yn gallu prynu cymaint o fwyd a phethau felly. Roedd yn rhaid i mi dorri’n ôl ar bethau eraill...byddwn i’n mynd i’w gael [alcohol], ond yn amlwg, er enghraifft...byddwn i’n prynu bwyd rhatach felly roedd gen i’r arian ar gyfer yr alcohol ... doeddwn i ddim yn prynu dillad. Byddwn i’n mynd i siopau elusen a phethau.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #10]

‘Mae’r rhan fwyaf o’m harian yn mynd ar [alcohol]. A dydw i ddim yn bwyta’n iawn oherwydd pris alcohol.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #11]

‘Bwyd yn bendant, dillad. Dim ond pethau cyffredinol. Alla i ddim cofio cael gwyliau. Dydw i ddim hyd yn oed yn meddwl am gael gwyliau neu unrhyw beth felly, na. Llwyth o bethau. Jest normal – beth mae pobl normal yn ei wneud. Rydw i’n gweld pobl yn cerdded i lawr y stryd ac maen nhw’n mynd i’r caffi, mae ganddyn nhw rywbeth i’w wneud - pryd bach, paned o goffi a dydw i ddim yn gallu fforddio hynny, dim o gwbl. Pe na bawn i’n yfed, fe allwn. Felly, rwy’n aberthu llawer, ond yn enwedig bwyd.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #12]

‘Y diddyfnu, y chwys, mae’n anodd oherwydd, yn amlwg, os ydw i’n brin o arian, mae’n rhaid i mi flaenoriaethu’r plant, felly mae’n rhaid i mi edrych ar y syniad, felly dydych chi ddim yn mynd i allu ei gael nawr am ychydig ddyddiau neu fwy hyd yn oed weithiau, ond dydw i ddim yn eu hystyried nhw fel diwrnodau sobr oherwydd dydyn nhw ddim yn ddewis. Nid yw’n ddewis. Mae’n rhaid i mi ddioddef nes y gallaf gael gafael arno eto.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #13]

	'Mae cynnwys alcohol yn fy nghostau byw yn sylweddol, lle byddwn i'n mynd heb bethau, pethau maethol neu fel methu rhoi'r gwres ymlaen, ddim yn gallu fforddio nwy a thrydan, pethau sy'n agoriad llygad go iawn i mi a'm gwraig lle nad ydyn ni erioed wedi profi hynny o'r blaen.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #05] 'Mae gen i'r £3, nawr gallwn fynd i brynu bwyd, sydd ei angen arna i, ond dydw i ddim yn mynd i wneud hynny a dim ond dau gan y bydda i'n ei gael a bydda i'n mynd heb fwyd. Felly, mae'n...mae'n cael effaith fawr, ie, felly mae'r pris yn effeithio ar bopeth. Pe bae gen i £6, gallwn gael dau gan a bwyd. Ond allwch chi ddim ei wneud os nad ydyw gennych.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #09] '[Roedd gan MPA gyfraniad mawr] yn hynny o beth, [gan wario llai ar bethau eraill i brynu alcohol]. Os bydd prisiau'n codi, mae angen i chi gynyddu eich gwariant er mwyn dal i fyny.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #02]
Gwahaniaethau daearyddol o ran prynu trawsffiniol	'Pe bai'n agosach, byddwn i'n [prynu alcohol o Loegr].' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #11] 'Roeddwn yng Nghanolbarth Lloegr yn rheolaidd, felly yn y bôn – a dim ond fi oedd yn teithio, felly byddwn i'n llenwi'r car gyda chwrw a seidr o'r archfarchnadoedd yn Lloegr ac yn dod â nhw adref ac yna'n eu hyfed dros y – byddwn i'n prynu digon i bara am ychydig fisoedd.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #06]
Tueddiadau cyffuriau a defnydd lluosog	'Mae'r cyffuriau rydw i'n eu cymryd yn effeithio llawer ar hynny...Mae'n rhaid i chi wneud dewis.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #09] 'Mae wedi digwydd oherwydd y defnydd o grac. Felly, rydw i'n rhoi hynny'n gyntaf ac mae gen i £3 yn fy nghyfrif a ddylwn i brynu menyn a thorth o fara ond dydw i ddim yn gwneud hynny. Dw i ddim yn gwybod. Does dim pwynt i mi ddweud fy mod i'n mynd pan ddylwn i, ac rydw i'n gwybod y dylwn i, ond dydw i ddim ar y pwynt hwnnw eto.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #09] 'Roeddwn i'n gwneud llawer o getaminau a chocên, ond fe wnes i roi'r gorau i hynny ac yna roeddwn i'n gobeithio y byddai hynny – byddai stopio'r rheini yn fy ngwneud i'n sobr, ond dydy hynny ddim yn gwneud i chi sobri. Mae'n golygu eich bod yn mynd i'r peth nesaf.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #12]

Ymwybyddiaeth, dealltwriaeth a dehongliad o MPA, a chefnogaeth i weithredu	Ymwybyddiaeth o bolisi, dealltwriaeth a dehongliadau/camd dehongliadau	‘Byddwn i’n tybio mai dim ond [treth arall] ydyw, a bod yn onest.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #14] ‘Na, doeddwn i ddim wir [wedi sylwi pan ddaeth yr isafbris i rym]... rwy’n cofio, do, daeth yr isafbris Mae’n ymwneud â chanran, ydy o?’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #16] ‘Trethi, cyn belled ag y gwn i. Dyna pam mae popeth yn mynd i fyny.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #08] ‘Rwy’n ei gofio o’r newyddion.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #11] ‘Roeddwn i’n gwybod bod y prisiau wedi codi, ond dydw i ddim yn siŵr beth mae’n cael ei alw na pryd y digwyddodd.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #04] ‘Dydw i ddim yn gwybod beth mae’n cael ei alw, ond dwi’n gwybod eu bod nhw’n rhoi pris alcohol i 50 ceiniog yr uned...dwi’n meddwl i mi glywed i ddechrau - dwi’n meddwl mai’r Alban gyflwynodd hyn i ddechrau.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #05]
	Ymateb cychwynnol ac ymgyrchoedd codi ymwybyddiaeth	‘Fe wnes i ddarllen am hynny, ie. Fe wnes i ddarllen...Ar [enw peiriant chwilio] ... Rwy’n gwybod ei fod yn dod i mewn o 2018 ymlaen? Na, alla i ddim cofio llawer, ond rydw i’n cofio gweld tua 50c yr uned, ie.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #10] ‘Rwy’n gwybod bod llawer o bobl ar y pryd pan siaradwyd amdano yn poeni am sut roedden nhw’n mynd i ymdopi â’r cynnydd mewn pris, oherwydd roedd gennym daflenni ac roedd hyn yn mynd i gostio cymaint â hyn ac roedd pawb yn poeni, doedden ni ddim yn mynd i allu fforddio hynny.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #09] ‘Byddwn wedi sylwi ar y newyddion gan ei fod yn cael ei ddatblygu fel polisi. Byddwn wedi cael ffrindiau’n dweud jôcs amdano oherwydd fy mod yn gweithio yn Lloegr ar y pryd. Byddwn i wedi cael ffrindiau’n dweud jôcs amdano oherwydd bod gen i dŷ - rydw i nawr yn byw yn y tŷ yng Nghymru a bydden nhw’n jocian ac yn gwawdio hynny oherwydd eu bod nhw’n Lloegr ac nid ydyn nhw’n ddarostyngedig iddo. A bod yn eithaf gonest nawr, mae’n fawr - fy mhrif ganfyddiad ohono yw gwybod pa mor ddrud yw prynu cwrw yng Nghymru o’i gymharu â llefydd eraill.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #06]

		'Rwy'n meddwl ar y cyfryngau. Roedd ar y teledu, roedden nhw'n mynd i ddod ag ef i mewn. [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #02]
	Llai o drafodaeth ac ymwybyddiaeth barhaus	'Ar y pryd, fe wnes i [weld yr hysbysebion am yr isafbris] ei fod yn digwydd ond dydw i ddim wedi gweld hynny ers tro.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #03] 'Rwy'n sylwi nawr, gyda'r cynnydd mewn prisiau, mae'n rhaid i mi ychwanegu at y trydan drwy'r amser. Mae'n rhaid i mi fod yn onest gyda chi, doeddwn i ddim yn adnabod hynny i gyd pan oeddwn i yn y gwallgofrwydd. Cyn belled ag yr oedd gen i fy alcohol.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #07]
	Cefnogaeth a beirniadaeth	'Rwy'n meddwl ei fod yn eithaf da mewn gwirionedd.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #10] 'Rwy'n meddwl, pe na bai pobl yn gaeth iddo, i'r person cyffredin, efallai byddai gwneud y ddiod yn ychydig drytach yn gwneud iddynt ailfeddwl cyn, "Ydw i wir angen diod heno?" Rydw i'n meddwl ei fod yn fwy o dreth ar bobl dlawd na threth ar yr alcohol ei hun, oherwydd yr hyn rydych chi'n ei wneud yw dweud, "Os nad oes gennych chi ddigon o arian, does gennych chi ddim hawl i gael bywyd braf." I lawer o bobl, mae alcohol yn rhan o noson dda... Dwi'n meddwl bod y niwed mae'n ei wneud mor ddrwg i'r rheini sydd eisoes mewn sefyllfa eithaf gwael fel nad oes llawer o fanteision iddo.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #14] 'R2: Mae'n warthus. R3: Dwi'n meddwl ei fod yn wirion. R2: Ie, nid yw'n gwneud yr hyn roedden nhw eisiau ei wneud, sef... R3: Jest gwneud pobl yn fwy digalon. R2: ...lleihau faint o alcohol mae pobl yn ei yfed a thynnu'r pwysau oddi ar y GIG.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #12 a #13] 'Dydw i ddim yn ei ddeall. Dydw i ddim yn deall pam maen nhw'n teimlo bod angen iddyn nhw wneud pethau'n anoddach i bobl sydd eisoes yn ei chael hi'n anodd. [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #09] 'Dydw i ddim yn credu bod unrhyw beth cadarnhaol yn mynd i ddeillio ohono oherwydd os nad ydych chi'n alcoholig, wel, byddwch chi'n parhau i yfed yn gymdeithasol, fel yna mae hi. Mae'n

		ddigwyddiad cymdeithasol, mae'n ddigwyddiad arbennig. Mae'n ddigwyddiad achlysurol. Ond efallai bod rhywun ei angen i ymdopi o ddydd i ddydd, yna mae'n dod – yn hytrach na bod yn weithgaredd pleserus, mae'n dod yn weithgaredd angenrheidiol ac yna – felly does dim byd cadarnhaol yn dod allan o'r alcoholiaeth neu'r camddefnyddio cyffuriau hwnnw sy'n lladd pobl a theuluoedd ac mae'r llywodraeth wedyn yn dechrau rheibio'r bobl yn ariannol ar yr adeg fwyaf bregus.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #05] 'Dydw i ddim yn ei ddeall. Dydw i ddim yn deall pam maen nhw'n teimlo bod angen iddyn nhw wneud pethau'n anoddach i bobl sydd eisoes yn ei chael hi'n anodd. [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #09] 'Na. Dim o gwbl. Dydw i ddim yn gwybod pwy sy'n eu creu, dydw i ddim yn gwybod o ble mae'n dod, ond mae'n gwneud pethau'n anodd, mae'n gwneud pethau'n anoddach i bobl sydd eisoes yn cael trafferth, yn hytrach na helpu. Maen nhw'n llesteirio.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #09] 'Dydw i ddim yn cefnogi'r polisi a dydw i ddim yn meddwl ei fod yn ddull da.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #06] 'Yn fy mhrofiad a'm canfyddiad i, mae [MPA] yn annog ymddygiad negyddol yn fwy na'r ymddygiad cadarnhaol y mae'n cael ei dargedu.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #06] 'Dydw i ddim wedi gweld dim byd da, mae'n rhaid i mi gyfaddef, na.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #03] 'Nid yw wedi gwneud unrhyw beth. Os rhywbeth, mae'n gwneud i bobl sy'n yfwyr cymdeithasol gael llai – llai o yfed yn gymdeithasol.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #03]
Effaith MPA	Newidiadau o ran argaeledd alcohol a phatrymau prynu	'Rydw i'n cofio prynu poteli llai dim ond oherwydd nad oeddwn i'n gallu fforddio'r rhai mwy mwyach [ôl-MPA]' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #04] 'Na, fyddwn i ddim [yn prynu alcohol mewn siopau cornel], oherwydd roedd yn rhy ddrud.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #10] 'Os oedden nhw'n gwerthu, dywedwch aml-becynnau – gallwch gael deg mewn aml-becynnau ac roedden nhw'n rhatach, byddwn i'n eu cael. Neu hyd yn oed pe baen nhw'n gwerthu'r pecyn

pedwar, byddech chi’n cael beth oedd...? Y ddau am bris un. Byddwn i’n cael y rheini hefyd oherwydd eu bod nhw’n rhatach [hyd yn oed ers yr isafbris].’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #16]

‘Rwy’n sylwi weithiau y bydd fy ngwraig yn dweud, “Pam wyt ti'n ei brynu mewn siop leol? Mae bargeinion gwell mewn mannau eraill,” ond pan fyddwch chi eisiau diod, rydw i’n tueddu i fynd i’r lle hawsaf i mi ei gael. Felly, rydw i’n cael gwybod weithiau y gallwch chi brynu alcohol ar gyfradd ratach, ond pan fyddwch chi eisiau diod, dydych chi ddim yn poeni. Rydych chi’n mynd i’w gael, y ffordd gyflymaf a hawsaf, sy’n tueddu i fod yn siop leol lle rydych chi’n talu mwy.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #05]

‘Mewn rhai siopau, rydyn ni’n cael disgownt oherwydd eich bod chi’n prynu’n rheolaidd. Rydw i’n gallu mynd i mewn i’r siop hon a byddan nhw’n rhoi’r pris hwn i chi. Ewch i siop arall a’r pris yw £2.15, ond bydd yn codi £2 arnaf. Felly, dim ond ychydig bach ydyw, ond mae’n beth rheolaidd. Mae’n ymwneud â pha mor aml rydych chi’n siopa yno.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #09]

‘Dydw i ddim yn siopa yn y siop ddiodydd drwyddedig leol mwyach. Does dim pwynt. Mae’n rhy ddrud.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #11]

‘Er ei fod [alcohol] yn ddrutach, rwy’n teimlo fy mod i wedi bod yn defnyddio [enw gwasanaeth danfon bwyd] yn amlach i’w gael oherwydd pa mor gyfleus ydyw...Ond rwy’n teimlo’n waeth o lawer am ei gael yno oherwydd rydych chi’n gweld y balans banc ac mae’n fel damia, roedd hynny’n wastraff arian.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #12]

‘I mi naill ai'r archfarchnad neu’r siop leol. Mae cynigion yn y siop leol, dau am £9 ac mae gan yr archfarchnad hynny am tua £4 y botel...dwi’n trio newid siopau. Mae yna [enw archfarchnad] wrth fy ymyl ac yna mae ganddyn nhw’r fodca y tu ôl iddyn nhw ac yna – er mai’r hyn rydw i wedi bod yn ceisio ei wneud yw newid rhwng siopau ac mae dipyn o siopau o gwmpas, felly dydw i ddim yn edrych fel alcoholig i’r bobl yn y siopau. Ond wedyn gallwch hefyd ei gael [enw gwasanaeth danfon bwyd]. Gallwch chi gael [enw gwasanaeth danfon bwyd], neu beth bynnag i’ch tŷ, ond am y pris gwallgof hwn.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #13]

		‘Dechreuais yfed gwin yn hytrach na lager oherwydd y cynnydd mewn prisiau. Roedd cwpl o lagers yn arfer fy ngwneud i’n ddigon llawen, ond pan gododd y pris, roedd yn haws prynu gwin ac yna’n amlwg roedd fy ngoddefiannau’n codi, felly roeddwn i’n prynu mwy o win - llawer mwy na’r caniau yr oeddwn yn arfer eu defnyddio i fynd yn feddw. Felly, rydw i’n prynu mwy o unedau, ond mae’n dal yn rhatach.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #12] ‘Rwy’n meddwl y byddech chi’n fy ystyried yn yr hyn a elwir yn fastard tynn. Rwy'n ymwybodol iawn o'r hyn rwy'n talu am bron bob dim. Dydw i ddim yn prynu pethau rhad oherwydd eu bod nhw’n rhad. Rydw i’n prynu’r pethau rydw i eu heisiau am y pris gorau posibl.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #06] ‘Y defnydd diweddaraf yw can o seidr. O ble y prynais i ef, yr [enw archfarchnad]. Mae’n cael ei ddanfon i mi y rhan fwyaf o ddiwrnodau. Ar wahân i hynny, gwin coch rydw i fel arfer yn ei brynu o [enw archfarchnad]. Mae’n cael ei ddanfon, neu ar hyn o bryd rydw i’n aros am seidr sy’n cael ei ddanfon gan [enw adwerthwr ar-lein]’...Mae’n dod o Fryste lle nad oes ganddyn nhw’r rheol 50c.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #02] ‘Mae’n rhatach gan [enw adwerthwr ar-lein]. Nid seidr rhad mohono. Mae’n [enw brand seidr]. Yr un mwyaf poblogaidd ar [enw adwerthwr ar-lein]. Rydw i’n meddwl ei fod yn arfer bod tua £1.27 y botel, ac mae’n 8.2 y cant a 500ml ar un adeg, ond nawr mae wedi codi i £20 am 12 potel, sy’n dal yn rhatach na Lloegr lle mae tua £2.50 y botel. Rhatach na Chymru, lle mae’n £2.50 y botel. Nid seidr gwyn. Rydw i wedi llwyddo i osgoi gwneud hynny.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #02] ‘Mewn diwrnod, mae’n debyg fy mod i’n gwario rhwng £15 ac o bosib tua £18, y diwrnod... Neu byddai’n rhaid i mi fynd gyda’r [enw gwasanaeth ariannol] os ydw i’n archebu rhywbeth.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #02]
	Effeithiau ar batrymau yfed a phatrymau ymddygiad	‘Fyddwn i ddim yn dweud bod fy mhatrwm yfed wedi newid o ganlyniad i fyw yng Nghymru. Mae’r patrwm yfed wedi newid oherwydd nad oes gen i swydd bellach, mewn gwaith.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #06]

“Ar ôl i’r prisiau ddod i mewn, roedd fel, “Wel, mae gen i’r botel hon o fodca beth bynnag.” Gyda mi, ar ôl i mi ddechrau, alla i ddim stopio beth bynnag. Gyda’r pedwar can, gallwn fynd, “Iawn, dim ond pedwar can sydd gen i, felly ar ôl iddyn nhw fynd, maen nhw wedi mynd,” ond gyda’r botel, oherwydd dyma’r ffordd rataf o’i brynu, roeddwn i’n dal i yfed mwy a mwy...Fe wnes i stopio mynd allan, ond dwi’n meddwl bod hynny hefyd oherwydd fy mod i’n yfed fodca yn fwy, felly doeddwn i ddim yn gallu ei guddio, oherwydd roeddwn i’n yfed gormod i allu cuddio hynny. [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #14]

‘Wel, y siopau rydw i’n mynd iddyn nhw, roedd siop yn y pentref – mae pentref bach tua thair milltir i ffwrdd. Byddwn i’n cerdded yno ... byddwn i’n mynd i siop y pentref neu pan oeddwn i’n dod yn ôl o’r gwaith, byddwn i’n stopio yn y garej. Roedd tri garej a oedd yn gwerthu alcohol, fel garej [enw adwerthwr], a phethau felly. Neu ei nôl o archfarchnadoedd a stwff... Doeddwn i ddim eisiau i fy ngwraig gael gwybod ei fod wedi cyrraedd y cam hwnnw. Felly, roeddwn i fel yfwr cyfrinachol mewn gwirionedd.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #15]

‘Pan oeddwn i’n ei brynu a doeddwn i ddim eisiau i’r musus wybod, os oeddwn i’n ei brynu o [enw archfarchnad], fyddwn i ddim yn defnyddio fy ngherdyn [enw archfarchnad] oherwydd ... byddai hi’n gwybod. Felly, roedd bob amser yn costio’r pris llawn, felly roedd tua £21 neu £20 am litr o [enw brand fodca]’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #15]

‘Ar hyn o bryd, dydw i ddim yn gallu fforddio mynd allan i yfed, felly rydw i’n yfed gartref... Es allan am un noson pan symudais i fyny yma am y tro cyntaf. Yn y diwedd, fe wnes i wario fy holl Gredyd Cynhwysol ar ddiod mewn noson.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #08]

‘Dydw i ddim yn meddwl ei fod wedi effeithio arna i mewn gwirionedd oherwydd roeddwn i’n cadw at yr un ddiod, [enw brand lager] ac, ie, mae wedi cynyddu mwy nawr, nag o’r blaen, ond dydy’r alcohol arall erioed wedi fy mhoeni’n fawr.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #17]

‘Rwy’n golygu bod y prisiau wedi arfer cael effaith arnaf i – byddwn i’n ceisio yfed llai mewn diwrnod ac yna’n yfed yr holl alcohol y gallwn ei fforddio yn y nos, er mwyn i’r cyfan fy nharo ychydig yn galetach.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #04]

	‘Byddwn i’n dweud dair blynedd yn ôl, fyddwn i ddim wir wedi meddwl am gost alcohol, ond – yn sicr yn y 18 mis diwethaf, mae effaith fy nibyniaeth ar fy statws ariannol yn frawychus, fy ngallu i fyw’n gyfforddus – nid yn gyfforddus, dim ond i fyw weithiau, i fwyta.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #05] ‘Ydy fy alcohol wedi newid dros y tair blynedd diwethaf? Dim ond y math o alcohol. Prisio sy’n gyfrifol am hynny. O ddifrif, fyddwn i erioed wedi yfed gwin fel arfer. Lager cryf fel [enw brand] ond nawr mae’n bris gwirion, does dim pwynt ei brynu, mor syml â hynny. Felly, ie, ar wahân i gwrw y byddwn i wedi’i yfed o’r blaen, mae wedi gwneud i mi newid yr hyn rwy’n ei yfed yn hytrach na’r ddiod ei hun.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #11] ‘Mae llawer mwy o yfed gartref, sef y peth gwaethaf i mi bob amser, yfed yn fy nhŷ...dwi byth yn yfed cymaint pan fydda i mewn tafarn.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #02] ‘Roeddwn i’n talu £22 am litr o fodca, ac yna potel o [enw brand diod meddal] tra oeddwn i’n yfed, £2, iâ, punt. Iawn, cyfrifwch hynny. £25. Yna roeddwn i’n meddwl wedyn fodca dwbl yn y dafarn a sblash o [enw brand diod meddal] neu beth bynnag, fyddai’n costio tua £5 i chi. Felly, dim ond pedwar diod y gallech eu cael yn y dafarn, ond gallwch gael litr am £22 gartref.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #07]
Canlyniadau economaidd a chymdeithasol prisiau cynyddol, gan gynnwys cyfraniad MPA	‘Prisiau, dim mewn gwirionedd. Rydw i wedi sylwi bod llawer ohonyn nhw [preswylwyr eraill sy’n byw mewn llety dros dro] yn cael trafferth. Maen nhw naill ai'n gorfod dewis bwyd neu alcohol. Ac wedyn os nad ydyn nhw’n gallu cael hynny, maen nhw’n mynd allan yn dwyn ac yna byddan nhw’n gwerthu’r pethau i brynu alcohol neu’n dwyn yr alcohol.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #08] ‘Anghenion sylfaenol fel torth o fara a thuniau o ffa, a pheidio â bwyta llawer o’r amser. Ddim yn cael cawod. Ddim yn gwneud unrhyw beth i ofalu amdanaf fy hun. Doeddwn i ddim yn brwsio fy nannedd nac unrhyw beth felly, dim ond am nad oedd yr arian yno.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #14] ‘Fe wnes i werthu fy hun am ychydig. Fe wnes i ddwyn arian oddi ar fy nheulu, benthyca arian nad ydw i wedi’i dalu’n ôl o hyd, rhoi fy hun mewn dyled enfawr. Gwerthu stwff, yn dwyn oddi

wrth fy ffrindiau, fy nheulu. Alcohol a phethau. Fe wnes i shifftiau mewn tafarndai er mwyn i mi allu dwyn alcohol ac yfed alcohol.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #14]

'Yn y bôn, dim ond yr hyn y gallwch chi ei fforddio y gallwch chi ei fforddio, ac mae llawer o bobl yn mynd i drwbl ac yn gwneud pethau nad ydyn nhw eisiau eu gwneud.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #09]

'Rydw i'n gwybod bod llawer o fechgyn yma'n dweud eu bod nhw'n arfer dwyn oherwydd nad oedd ganddyn nhw'r arian, ond fyddwn i byth yn dwyn unrhyw beth.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #15]

'Dydw i ddim yn siarad â mam o hyd oherwydd [yfed].' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #10]

'Dw i'n meddwl nad oedd yn fforddiadwy iawn i mi pan oeddwn i'n yfed bob dydd. Roeddwn i'n cael trafferth dod o hyd i arian ar ei gyfer, ond mae wedi dechrau bod yn fwy fforddiadwy i mi nawr ond mae hynny oherwydd nad ydw i'n yfed cymaint o'm harian...byddwn i'n dod o hyd i ffyrdd o gael arian...byddwn i'n dwyn arian oddi ar fy rhieni, ie. Doedd y cyfan ddim yn neis iawn.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #04]

'Weithiau mae gen ti – does gen i ddim arian lle mae – mae'n bosib nad oes gen i arian i gael diod, yna pan nad ydw i'n gallu cael diod, yna rydych chi'n mynd yn sâl ac yna mae pobl eraill yn gweld y sefyllfa rydych chi ynddi ac maen nhw'n ymbil, yn benthyca ac yn dwyn ac yn dweud pam mae angen arian arnyn nhw i gefnogi fy nibyniaeth.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #05]

'Ffraeo dros arian nad oeddwn i erioed wedi'i brofi o'r blaen. Does dim arian ar gael i fynd i ddigwyddiad cymdeithasol neu ddigwyddiad teuluol neu wyliau neu – ie, mae'r effaith i'w deimlo drwy'r teulu mewn sawl ffordd.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #05]

'Doeddwn i erioed wedi meddwl amdano oherwydd nad oedd yn effeithio arnaf i'n uniongyrchol. Ond rwy'n ymwybodol ohono ac yn meddwl amdano nawr oherwydd mae'n effeithio'n uniongyrchol arnaf i ac rwy'n gweld y bobl mae'n effeithio arnyn nhw'n uniongyrchol oherwydd y cysylltiad sydd gen i â'm hyb adfer. Felly, gwelaf yr effaith y mae'r isafbris alcohol hwn yn ei chael ar – a sut y mae'n dinistrio pobl a'u teuluoedd a'u statws ariannol.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #05]

		‘Dydw i ddim wedi gallu ei fforddio...Roeddwn i o leiaf yn benthyca £50 y mis o’r blaen. Dim ond ers mis Rhagfyr rydw i wedi rhoi’r gorau iddi, mae gen i arian dros ben.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #10] ‘Dwyn o siopau yn cynyddu i ymdopi â’r isafbris, ac i ymdopi’n amlwg â defnyddio cyffuriau hefyd, ac nid yw hynny’n ymwneud ag isafswm prisiau.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #02] ‘Mae llawer mwy o ddwyn o siopau’n digwydd yng Nghaerdydd ac mae pobl - rwy’n ei weld yn rheolaidd lle rydw i - yr wythnos hon yn unig, rydw i wedi gweld tri o bobl yn gwibio allan o archfarchnad yn cario alcohol ac yn cael eu herlid gan swyddogion diogelwch.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #03] ‘Roeddwn i’n gwylltio go iawn pe bawn i ond yn gallu fforddio un botel o win coch o [enw archfarchnad] a oedd yn £4, oherwydd roeddwn i’n gwybod nad oedd hynny’n ddigon. Felly, roeddwn i’n gwybod bod rhaid i mi ddweud wrth fy rhieni bod debyd uniongyrchol wedi mynd allan.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #07]
	Effaith ar iechyd a gwasanaethau cymdeithasol	‘Yr unig gefnogaeth a gefais oedd y tîm iechyd meddwl. Roeddwn i’n rhan o’r iechyd meddwl oherwydd fy mod i’n dioddef o iselder ac anhwylder straen wedi trawma (PTSD) ac roedd hynny i gyd yn [enw tref]. Doeddwn i ddim yn cael help ar gyfer yr yfed.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #08]
Ffactorau drysu	Ffactorau economaidd	‘Do, fe gafodd [costau byw] effaith. Aeth popeth yn ddrytach, yn enwedig pan aeth nwy a thrydan i fyny, oherwydd ie, cawsom y talebau ynni hyn, ond ni chefais y talebau ynni tan yn llawer hwyrach na phawb arall, felly yn sicr nid oeddwn yn rhoi trydan na nwy ar fy mesuryddion gan ei fod mor ddrud. Roedd cost bwyd yn codi. Siampŵ. Dim ond sebon dwylo a jel cawod a diaroglydd. Roeddech chi’n arfer gallu cael pethau rhad o [enw archfarchnad], ond roedd [enw archfarchnad] yr un pris â [enw archfarchnad] a [enw archfarchnad] erbyn y diwedd.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #14] ‘Yn y pen draw cawsom y taliadau costau byw, ond erbyn y pwynt hwnnw roeddwn eisoes yn rhy ddwfn yn fy nibyniaeth ar gyffuriau.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #14]

		'Mae mwy o bobl yn [dwyn ac yn dewis rhwng bwyd ac alcohol], ond mae'n broblem oherwydd y pris. Ac mae'n amlwg mae popeth yn adio at ei gilydd. Mae fel petaech chi yn eich lle eich hun, mae gennych chi'r nwy a'r trydan sy'n codi o hyd. Ac mae cyfraddau dŵr, popeth fel hynny'n dal i godi a hyd yn oed rhent yn cynyddu.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #08] 'Prisiau, costau byw, popeth, popeth. Oherwydd mae'r holl gostau byw wedi cynyddu, felly mae'n amlwg bod rhaid i hynny ddod yn gyntaf...Felly, ie, mae llawer o bethau wedi cyfrannu.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #11] 'Rydyn ni wedi gwneud llawer o bethau'n breifat, wedi gwerthu pethau sy'n golygu rhywbeth i ni er mwyn cael arian ar gyfer fy nghaethiwed ac yn amlwg costau byw yn gyffredinol hefyd.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #05] 'Yn gyffredinol, prisiau bwyd, wel ie, maen nhw wedi mynd drwy'r to. Mae siopa'n ddrutach o lawer yn awr nag – llawer mwy nawr na phan siaredais â chi tua dwy flynedd yn ôl. Ie, rydych chi'n mynd i'r archfarchnad ac mae pris pob eitem wedi codi.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #03]
	Effeithiau'r pandemig	'Wrth i COVID ddod i ben roedd mwy o opsiynau a mwy o lefydd, pe bawn i wedi bod yn yfed y lefel honno, [pedwar i chwech can yn ddyddiol], mae'n debyg y byddwn i wedi gallu cael mynediad yn lle mynd mor sâl fel nad oedd gen i unrhyw opsiynau. Doeddwn i ddim yn gallu mynd i grwpiau. Doeddwn i ddim yn gallu mynd i gyfarfodydd oherwydd fy mod i'n rhy sâl. Dydw i ddim yn meddwl y byddwn i wedi stopio ar fy mhen fy hun. Dydw i ddim yn meddwl y byddwn i wedi cynnal y lefel honno, ond rydw i'n meddwl y byddwn i wedi cael mwy o amser i ddod o hyd i lwybr adfer heb fynd mor sâl ag yr oeddwn i.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #14] 'Newidiodd fy arferion yfed i fod gartref fwy, yn amlwg oherwydd COVID, oherwydd nad oedd modd i chi fynd i'r tafarndai. Cyn gynted ag y gallech fynd yn ôl i'r tafarndai, fe wnes i, ond mewn gwirionedd nid oedd yn ymwneud â'r alcohol, roedd yn ymwneud â'r elfen gymdeithasol.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #06]

		'Mae'n debyg fy mod i'n cario mwy o ganiau gartref nag y byddwn i fel arfer yn eu cario, un, oherwydd doeddwn i ddim yn gallu mynd i'r dafarn, dau, oherwydd doeddwn i ddim eisiau i brisiau Cymru effeithio arna i.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #06] 'Yn ystod y pandemig, doedd gen i ddim dewis ond yfed yn y tŷ.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #02] 'Roedd COVID yn ddrwg iawn i – roedd yn ddrwg i mi ac roedd yn ddrwg i lawer o bobl â phroblemau dibyniaeth.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #03]
	Gwahaniaethau daearyddol o ran mynediad at driniaeth	'Es i i ychydig o gyfarfodydd ond oherwydd fy mod i wedi cyrraedd y pwynt fy mod i'n yfed cymaint a fy mod i'n byw yng nghanol unman. Mae fy ngwraig yn gweithio.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #15] 'Symud allan [ardal] ac wedyn colli'r holl gefnogaeth. Roeddwn i i fod i gael blwyddyn o gefnogaeth a doeddwn i ddim yn ei gael gan fod y [gwasanaeth] wedi dod i ben... Y newid i'r [gwasanaeth]. Pan gymerodd hynny drosodd, collodd y [gwasanaeth] ei gyllid, felly yn sydyn nid oedd y gefnogaeth yr oeddwn yn ei disgwyl ar gael. Cefais sgwrs dair gwaith, ac roeddwn i fod i gael blwyddyn o gefnogaeth.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #02]
	Dylanwad sylweddau eraill	'Mae'n rhatach prynu alcohol a bod yn onest na chyffuriau eraill.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #12] 'Allwn i ddim fforddio dal ati. Mae hynny wedi bod yn un o'r ffactorau mwyaf fy mod i wedi rhoi'r gorau [i yfed alcohol a defnyddio cyffuriau] yn y gorffennol (...) y cocên hefyd, rydw i wedi fy ngadael fy hun mewn twll ariannol.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #04] 'Gyda'r crac cocên, does dim byd amgen i hynny, ond rwy'n meddwl yn ddiweddar am y cymysgu a beth bynnag maen nhw'n ei roi ynddo, mae'n fwy na dim ond dibyniaeth seicolegol, rwy'n meddwl ei fod yn ei wneud yn gorfforol gaeth, sy'n broblem, oherwydd mae'n ddrud iawn. Mae'n ddrud iawn. Ond nid oedd yn arfer bod. Roedd yn arfer bod yn ddibyniaeth seicolegol, ond os ydw i'n cael cocên, dydw i ddim yn yfed alcohol. Byddaf yn cael can ar y diwedd, a bydd hynny'n fy helpu i gysgu, neu byddaf yn cael sbliff ar y diwedd a bydd hynny'n fy helpu i gysgu.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #09]

	'Rwy'n credu bod fforddiadwyedd sylweddau eraill wedi dod yn llawer mwy cyffredin. Dydw i ddim yn siŵr a yw hyn yn naïfrwydd neu'n amlygiad, ond yn sicr dydw i ddim yn teimlo bod cyffuriau anghyfreithlon ar gael yn Lloegr gymaint ag yma yn Sir Benfro.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #06] 'Roedd yn gymysgedd o arian, roeddwn i mewn dyled, oherwydd fe wnes i neidio'n syth o gocên a throi at alcohol yn ei le. Dw i ddim yn gwybod, doeddwn i ddim yn gallu datrys fy arian yn y cyfamser, felly doeddwn i ddim yn gallu ei fforddio ac roedd yn cael effaith negyddol ar fy iechyd meddwl hefyd.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #04] 'Rwy'n credu ei bod yn debyg bod prisiau cyffuriau anghyfreithlon yn gysylltiedig â chost uned alcohol...dwi'n meddwl ei fod yn ddewis rhad i bobl sydd eisiau mynd yn uchel. Rydych chi'n tueddu i roi'r ddau gyda'i gilydd.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #06] 'Rydw i wedi sylwi bod llawer o bobl nawr yn benthyca arian ym mhob man, yn ceisio cael yr arian at ei gilydd i brynu alcohol ac yn amlwg pethau eraill hefyd. Y crac a'r heroin. Sbeis.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #02]
Effaith stigma cymdeithasol a hygyrchedd gwasanaethau	'Roedd y gwasanaethau'n cael eu tanariannu, a gyda'r ewyllys gorau yn y byd roeddwn i'n dal i fod ar restrau aros hir i gael llefydd a phethau.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #14] 'Mae bob amser yn golygu aros am 18 mis (ar gyfer triniaeth) neu mae rhestr aros a...Mae'n wallgof.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #08] 'Mae 111 a 2 nawr ac rydw i'n meddwl bod hynny wedi bod yn helpu pobl, ond wedyn yn aml pan fydda i'n ceisio eu ffonio, mae'n cymryd – dydw i ddim hyd yn oed yn llwyddo i fynd drwodd. Erbyn iddyn nhw eich ffonio chi'n ôl, dydych chi ddim eu hangen mwyach oherwydd eich bod wedi mynd drwy'r argyfwng.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #13] 'Dydw i ddim yn hoffi mynd at y meddygon a phan fydda i'n gwneud hynny, mae gen i restr a dydw i ddim yn teimlo bod rhywun yn gwrando arna i. Dydw i ddim yn cael yr hyn sydd ei angen arna i.' [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #09] 'Roedd hi'n costio tua £9000 i gadw lle yn y [gwasanaeth] er mwyn i chi gael eich dadwenwyno. Alla i ddim cofio enw'r lle nawr, ond fe wnes i roi cynnig arni. Felly, ffoniais yno

		ychydig o weithiau a dywedon nhw, “Na, mae’n ddrwg gen i.” Dywedais y gallaf ei dalu. Fe ddywedon nhw, “Nid yw’n fater o’i dalu, mae’n fater o welyau.” [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #16] ‘Dywedodd y meddyg teulu i beidio â rhoi’r gorau [i yfed alcohol]. Peidiwch â stopio. Roedd gen i rai tabledi. Dydw i ddim yn cofio’r enwau, ond yn amlwg roedd y fodca yn ormod o dynfa.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #15] ‘Mynediad haws at ddadwenwyno ... byddai’n braf cael system adsefydlu yn rhywle sydd wedi’i wahanu mwy oddi wrth yr hosteli.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #02] ‘Roeddwn i eisiau stopio er mwyn fy nheulu, ond roeddwn i fy hun jest ei eisiau. Ond ie, roedd yn anodd...Mae pobl yn gofyn “O, sut aeth hi? Nest ti feddwi’n geiban y penwythnos diwethaf? Gest ti ddiod? Aethost ti adref a chael diod?” Mae’n dderbyniol yn gymdeithasol.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #15]
Y camau nesaf ar gyfer y polisi.	Cynnal y MUP a’i gynyddu o bosibl	‘Os byddwch chi’n gostwng [pris alcohol], bydd yn helpu’r bobl sy’n dibynnu arno, ond yn y tymor hir ni fydd yn eu helpu oherwydd byddan nhw’n dal ati i yfed.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #04] ‘Gallaf weld effaith cost fy alcoholiaeth nawr lle nad wyf mewn sefyllfa ariannol i – lle rwy’n gwbl ymwybodol o’r gost, ond nid yw’n – hyd yn oed os oedd yn ddwbl y pris yn awr, nid yw’n dileu’r angen am alcohol. Sut alla i esbonio? Pe bai’n dyblu mewn pris, byddwn i’n dal i fod yn alcoholig.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #05] ‘Yn fy marn i, credaf y dylid ei ddiddymu. Dydw i ddim yn meddwl ei fod yn beth da. I mi’n bersonol, nid yw’n cael unrhyw effaith. Dydw i ddim yn poeni’n bersonol.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #06] ‘Mae’n debyg na fyddwn i’n parhau ag ef, a bod yn onest. Dydw i ddim yn gwybod. Mae’n un o’r pethau anodd hynny. Mae’n helpu rhai pobl. Pobl eraill, rwy’n meddwl ei fod yn gwneud pethau’n anoddach iddyn nhw.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #02]

	Gwasanaethau cymorth ac iechyd y cyhoedd	‘Yn hytrach na gwneud pethau fel gwthio’r prisiau i fyny a dweud wrth bobl am beidio ag yfed, ariannu rhaglenni fel rhaglenni ymatal yn y gymuned a rhaglenni adfer sy’n rhoi’r help sydd ei angen ar bobl.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #14]
	Ystyriaethau economaidd-gymdeithasol ac iechyd y cyhoedd	‘Ar ddiwedd y dydd, cyn belled â bod alcohol yn dal yn gyfreithlon, bydd pobl yn ei yfed a phobl nad ydynt yn ei yfed, ac mae pobl yn mynd i fod yn gaeth i alcohol a phobl sy’n gallu cael perthynas normal ag alcohol. Dim ond brifo pobl sydd eisoes yn agored iawn i niwed y mae newid prisiau. Mae bob amser yn ymddangos mai’r tlotaf mewn cymdeithas yw’r rhai y mae’r polisïau hyn yn effeithio arnynt fwyaf, ac mae angen inni newid hynny. Dylai’r polisïau hyn fod yno i helpu pobl sy’n gaeth, nid dim ond gwneud eu sefyllfa’n waeth nag y mae.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #14] ‘Rwy’n credu, yn y bôn, os yw am atal pobl rhag yfed cymaint, nad yw’n cael yr effaith a ddymunir ar y grŵp o bobl y mae yfed yn cael yr effaith fwyaf negyddol arnynt oherwydd bod y rhai sy’n gaeth go iawn – y rhai sydd yn yr ysbyty – yn mynd yn sâl iawn o’i herwydd. Yn fy marn i, maen nhw’n yfed stwff cryfach a chaletach oherwydd nad ydyn nhw’n gallu rhoi’r gorau i yfed. [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #14]
	Trwyddedu a rheoleiddio	‘Mae’n debyg mai’r hyn y dylent ei annog yw prisiau rhatach ar y diodydd hyn sy’n cynnwys 0% o alcohol. Dydw i ddim yn mynd i’w hyfed beth bynnag oherwydd efallai y bydda i’n cael blas arno, ond pe baen nhw’n rhad – oherwydd maen nhw yr un mor ddrud â'r peth go iawn...Weithiau mwy, a phetaent yn ei ostwng yn sylweddol, byddai hynny’n annog – yn enwedig y genhedlaeth iau i gadw’n glir.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #15] ‘Newid a defnyddio...Argaeledd stwff fel cocên, doeddwn i erioed wedi dod i gysylltiad ag ef nes i mi ddod i Gymru. Felly, dwi’n meddwl eu bod nhw wedi creu nifer o farchnadoedd artiffisial sy’n amnewid ar gyfer y farchnad alcohol rhad honno...dwi’n credu bod pobl yn cael gafael ar alcohol heb y premiwm - dwyn, yfed pethau eraill, maen nhw’n bragu eu hunain.’ [Defnyddiwr Gwasanaeth, cyfwelai #06]

Cyfweliadau â Darparwyr Gwasanaeth

Tabl 5.2: Cyfweliadau â Darparwyr Gwasanaeth – themâu ac enghreifftiau ansoddol

Thema macro	**Thema micro**	**Enghreifftiau ansoddol**
Newidiadau i'r defnydd o alcohol a chyffuriau	Fforddiadwyedd	'Nid yw'n fforddiadwy, maen nhw'n goroesi...Pan fydd ganddyn nhw ddibyniaeth mwyaf sydyn ac mae angen hynny arnyn nhw, oherwydd mae'n bosibl y gallen nhw farw o hyn os nad ydyn nhw'n yfed, yna byddan nhw'n mynd allan i ddwyn.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #09] 'Nid cymaint pan fyddan nhw'n yfed yn ddibynnol, ond pan fydda i wedi rhoi cynlluniau lleihau ar waith, ac ychydig fisoedd yn ddiweddarach pan fyddan nhw wedi lleihau, byddan nhw'n troi ac yn dweud, "o, rydw i wedi sylwi ar wahaniaeth yn fy waled".' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #03]
	Cyllido	'Mae'n debyg bod pobl yn benthyg mwy o arian, efallai gan aelodau o'r teulu, neu efallai ddim yn talu'r dreth gyngor nac unrhyw filiau sydd ganddyn nhw er mwyn iddyn nhw allu prynu alcohol.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #04] 'Rhywun, er enghraifft, sydd mewn llety dros dro a rennir nad yw'n bwyta cystal ag y dylai fod, felly efallai fod pethau eraill yn cael eu haberthu i allu cynnal yr arferiad. I'r person hwn hefyd, a'r person a oedd yn siarad am y biliau'n codi, mae'r ddau ohonyn nhw'n aros i gael eu dadwenwyno o alcohol.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #10]
	Argaeledd	'Ond wedyn rydym yn tueddu i weld gyda'n poblogaeth ddigartref mae'n fater o beth bynnag sydd ar gael, beth bynnag y gellir ei fforddio neu pa arian y gellir ei gyfuno gan grŵp o bobl sydd â'r un problemau ynghylch alcohol a'r hyn y gallant ei fforddio wedyn i allu yfed alcohol.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #11]
	Prynu	'Mae gennym bobl sy'n yfed gartref ond mae gennym bobl sy'n cylchdroi rhwng tai. Felly, oherwydd bod pobl yn cael eu talu ar wahanol ddiwrnodau, maen nhw'n tueddu i fod yn grŵp o bobl lle maen nhw'n ymestyn eu diwrnodau cyflog rhyngddynt. Felly, bydd un person yn prynu swmp ar un diwrnod ac yna bydd y person nesaf yn cael ei dalu rywbryd eto ac yn prynu'r swmp

		bryd hynny, felly maen nhw'n cylchdroi pryd bynnag y bydd pawb yn cael eu talu.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #01]
	Defnydd a phatrymau yfed	'Mae gen i bobl eraill sydd efallai'n yfed pethau fel fodca neu'r lager a'r seidr canran uwch hwnnw, ac maen nhw newydd newid nawr i rywbeth arall. Felly, byddan nhw'n yfed eich lager neu'ch seidr cryfder arferol, ond byddan nhw'n yfed mwy o ganiau, eto oherwydd dydyn nhw ddim yn fodlon gwneud gostyngiad o ran hynny ar hyn o bryd, nes iddyn nhw'n dod at y gwasanaeth ac maen nhw'n chwilio am help.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #06]
	Defnyddio sylweddau eraill	'Felly, dwi'n meddwl os nad ydyn nhw'n gallu fforddio yfed, byddan nhw'n defnyddio'r [benzos] yna yn lle hynny, oherwydd maen nhw'n llawer rhatach.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #01] 'R1: Ie, ac rydyn ni'n gweld llawer o ddefnydd o Cetamin gyda phlant, onid ydyn? R2: Ie, pobl ifanc iawn. R1: Roedd yn arfer bod yn fotel o [brand seidr cryf] rhwng pedwar ohonynt dros y penwythnos. R2: Ydy, mae hynny wedi newid i Cetamin, onid yw? R1: Mae nhw'n troi fwy at sylweddau. Y Cetamin, mae'n rhatach ac rydych chi'n cael llawer mwy. Mae'n para'n hirach i chi felly mewn gwirionedd, plant sâl iawn yn defnyddio Cetamin.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #15] 'Fe glywson ni rywbeth am hynny. Rwy'n siŵr fy mod i wedi clywed am hynny beth bynnag, ond dydw i ddim wedi gweithio gyda neb. Cegolch, roedd rhywun yn yfed hylif golchi ceg. Oedd.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #01]
Ystyriaethau eraill	Penderfynyddion ehangach / ffactorau eraill	'Rwy'n meddwl yn bennaf am y bobl hynny sy'n ddibynnol ar alcohol sydd ar gyflog isel, ar incwm isel, yn ddigartref. Beth fyddai'r strategaeth i'w cynnwys, wedyn diwallu anghenion yr unigolion hynny, felly rwy'n meddwl y byddai'n ddrutach o lawer i wasanaethau?' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #11]
	Anghenion ehangach a	'Rydyn ni hefyd wedi gweld bod y boblogaeth ddigartref neu bobl sydd mewn tai ardal ddiogel neu mewn llety dros dro, yn cael eu gorfodi weithiau i yfed alcohol ar y strydoedd oherwydd rheolau a rheoliadau lle bynnag maen nhw'n byw; weithiau dydyn nhw ddim yn cael yfed alcohol

	strategaethau ymdopi	ar eu safle, felly mae hynny wedyn yn arwain at broblemau penodol sy'n ymwneud ag ymddygiad gwrthgymdeithasol ac ati, sydd hefyd o bosibl yn amharu ar eu hawliau dynol, oherwydd nad ydyn nhw'n gallu yfed alcohol.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #11] 'Hunan-esgeulustod o ran pethau eraill. Yn y bôn, dydyn nhw ddim yn bwyta. Dydyn nhw ddim yn gofalu am eu hylendid personol efallai. Dydyn nhw ddim yn gofalu amdanyn nhw eu hunain. Clywaf lawer o, "Dydw i ddim wedi talu'r nwy y mis yma, dydw i ddim wedi talu'r trydan y mis yma". Maen nhw'n gwneud i'w harian fynd ar alcohol, ond maen nhw wir yn esgeuluso eu hunain mewn rhannau eraill o'u bywydau.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #03] 'Rwy'n meddwl i mi ddweud, a dim ond dyfalu oedd hynny, sut nad oedd rhywun sydd wedi gallu cynnal ei wyth can o [enw brand lager] y diwrnod wedi gwneud unrhyw newidiadau pan oeddem yn siarad am leihau, felly mae'n mynd i gael ei ddadwenwyno. Byddwn i'n dweud ei fod fwy na thebyg...Wel, doedd o ddim yn bwyta cystal ag y dylai fod, yn bendant. Dydw i ddim yn gwybod a yw pobl yn gwario llai ar...Dyna'r unig enghraifft glir y gallaf feddwl amdani. Dydw i ddim yn gwybod. Iawn. Ddim unrhyw un sydd wedi dweud, "O, rydyn ni wedi gorfod gwneud hyn er mwyn gallu fforddio pris ein hoff ddiod erbyn hyn." [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #10]
	Cefnogaeth a thriniaeth	'Rwy'n credu bod pobl yn y maes camddefnyddio sylweddau mewn gwirionedd...Allwn ni ddim rhoi gwasanaeth da iddyn nhw, oherwydd y cyllid. Rydyn ni'n rhwystredig, wyddoch chi? Pan fyddwn ni'n gweld pobl yn marw ac mae fel, fe allen ni fod wedi atal hynny petai gennym hyn, wyddoch chi?' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #08] 'Mae gwasanaethau, boed yn statudol, yn iechyd neu'n blismona, rwy'n credu eu bod wedi addasu cryn dipyn beth bynnag ac roeddent yn symud i'r cyfeiriad hwn o gefnogaeth, o fod yn wasanaethau cefnogol a deallgar a chael ystod ehangach o staff a oedd yn deall y goblygiadau o ran nodi mesurau diogelu ar gyfer unigolyn sy'n agored i niwed neu ar gyfer aelodau o'r teulu neu'r gymuned.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #11] 'Fel arfer, rhwng tri deg a phedwar deg o'n llwyth achosion, mae wedi bod felly, ond mae'n dechrau arafu ychydig nawr.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #01]

		'Byddem yn gweld cynnydd enfawr yn nifer y bobl sy'n dod i mewn i wasanaethau, rwy'n credu, ond heb gynllun wrth gefn, gyda buddsoddiad mewn gwasanaethau, buddsoddiad mewn lleoedd triniaeth, cynyddu lleoedd triniaeth, ynghyd â'r ffaith bod y clinigwyr hynny ar gael i oruchwylio'r unigolion hynny.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #11]
	Daearyddiaeth - natur wledig	'Mewn pentrefi, efallai y bydd pum tafarn a dim byd arall. Mae pawb yn yfed.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #01] 'Rwy'n credu mewn dinas sydd â'r math o ardaloedd mwy poblog sydd â mwy o fynediad at siopau cyfleustra lleol, siopau mwy, bywyd nos...beth yw'r gair am fywyd nos?' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #11] 'Yn yr ardal wledig hon, roedd pob siop bentref fach wedi dechrau gwneud eu gwasanaeth danfon i'r cartref, a oedd yn wych oherwydd eich bod chi'n llai tebygol o ddal COVID-19 ar garreg eich drws ac ati, ac ati, ond hefyd eich alcohol, dywedwch, er enghraifft, byddai rhywun yn mynd i [enw lleoliad] o ymylon allanol ein hardal unwaith yr wythnos a stocio eu cyflenwad enfawr o alcohol i bara am o leiaf yr hyn yr oedd arnynt ei angen, ac yna maent yn mynd adref heb wario cymaint yn [Archfarchnad]. Doedd hynny ddim yn digwydd, felly roedden nhw'n talu mwy am eu halcohol oherwydd roedden nhw'n ffonio'r [siop cyfleustra] neu'r [siop cyfleustra arall] ac yn dweud, "Allech chi ei ddanfon?" Mynediad, felly effeithiwyd ar fynediad yn y cyswllt hwnnw, ond cafodd ei oresgyn gan bobl yn gorfod talu mwy.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #15]
	Daearyddiaeth - Prynu trawsffiniol	'Mae dau ddyn yn lleol sy'n gwerthu alcohol o gefn fan, a dydych chi ddim yn gwybod a oedd ... Roedd y dynion hyn yn arfer mynd i brynu alcohol i Ewrop ac yn ôl. Dydw i ddim yn siŵr ydyn nhw'n gwneud hynny nawr, ond maen nhw'n ddynion rydych chi'n eu ffonio ac yn cwrdd ym maes parcio x ac yn prynu eich alcohol. Rwy'n credu bod rhywfaint o arwydd bod pobl yn mynd i fod yn defnyddio'r ddau ddyn hynny'n fwy aml ond nid i raddau mawr iawn.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #15]
	COVID-19	'Rydyn ni wedi gweld llawer mwy o bobl yn dod i'r gwasanaeth, ond dwi'n meddwl bod hynny'n ymwneud mwy â COVID. Felly, nid yw ein gwasanaeth erioed wedi bod mor brysur ers COVID.

		Dydw i ddim yn meddwl bod gan hynny unrhyw beth i'w wneud â'r isafbris.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #01] 'Rwy'n credu mai'r hyn sy'n ei ystumio yw'r pandemig oherwydd y rheswm mae llawer o bobl wedi dod i mewn i wasanaethau ac sydd wedi dod i mewn gyda'u partneriaid neu eu hanwyliaid yw oherwydd eu bod yn llythrennol wedi treulio dwy flynedd ochr yn ochr neu'n byw gyda rhywun neu'n cefnogi rhywun ers dwy flynedd ac maen nhw wedi eu gwylio'n yfed ac yn parhau i yfed ac maen nhw wedi gweld newid, maen nhw wedi gweld newid corfforol.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #11]
	Argyfwng costau byw	'Rwy'n credu bod yr amser o ran pan ddaeth y newid a'r cyfnod clo a phopeth arall, nid oedd pob yn gallu cael diod o unrhyw fath ar y cychwyn, oherwydd nid oedd yn angenrheidiol. Ac wedyn, os oedden nhw'n cael diod, roedden nhw'n cymryd beth bynnag roedden nhw'n gallu ei gael ac yn talu pa bris bynnag roedden nhw'n gorfod talu amdano, a nawr ein bod ni'n ôl ar agor eto, dydyn nhw ddim wir yn gweld gwahaniaeth ar wahân i wybod ei fod wedi codi, ond mae popeth wedi codi.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #06] 'Rydych chi'n gwybod, bydd pobl yn dweud yn y dyddiau cynnar, "O, mae yna gost iddo hefyd." Dwi'n meddwl bod y cyfnod clo wedi cael effaith.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #01] 'Mae'r ddeialog yno fwy neu lai, ar ryw lefel, ym mhob sesiwn, pob cyfarfod â nhw mewn gwirionedd. Mae'n anodd, onid yw? Byddwn i'n dweud os nad oeddem yn y, esgusodwch fy iaith, gachfa economaidd yr ydym ynddi ar hyn o bryd...' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #14]
	Stigma	'Ie, yn enwedig os ydyn nhw'n byw mewn ardaloedd gwledig, byddan nhw'n adnabod y siopwr fel arfer os ydyn nhw wedi bod yno sawl gwaith. Oherwydd mae gen i fenyw yn [lleoliad] ar y funud, sy'n dref glan môr fach, a bydd hi'n cerdded i mewn i'r [lleoliad] i gael ei halcohol bob dydd mewn gwahanol lefydd fel nad yw ceidwad y siop yn sylwi.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #8]
Effeithiau	Economaidd	'Gyda'r arian roedd yn ei wario ar alcohol, maen nhw'n ei roi mewn cyfrif ar wahân ac maen nhw'n ei gynilo tuag at wyliau. Ie, felly cost yn gyffredinol, "O, mae wedi mynd mor ddrud

	oherwydd yr isafswm prisiau," dydw i ddim yn gwybod a yw pobl yn gwneud y cysylltiad hwnnw o gwbl.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #01]
Cymdeithasol	'Rydw i wedi siarad ag ychydig o bobl dros yr wythnosau diwethaf sydd wedi dweud bod yr adeg hon o'r flwyddyn yn hynod o ysgogol oherwydd faint o bobl maen nhw'n eu gweld yn yfed alcohol. Felly, pobl i lawr ar y traeth maen nhw'n ei weld yn yfed alcohol, pobl ar feysydd gwersylla os ydyn nhw'n pasio, yn cael gwydraid. Mae'n ysgogol iddynt. Maen nhw'n ei weld ym mhobman. A dydw i ddim yn clywed hynny gan y defnyddwyr sylweddau eraill, oherwydd dydy pethau fel heroin ddim yn cael eu gweld. Mae o dan y radar, ond gyda defnyddwyr alcohol, rwy'n credu eu bod yn ei chael yn anodd oherwydd...yn arbennig yr ardal hon oherwydd bod cymaint o ymwelwyr...felly mae ym mhobman.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #03] 'Mae llawer o...ddiwylliant mawr, rwy'n golygu cryn dipyn o'r tafarndai, rydw i wedi clywed fy nghleientiaid yn dweud bod diwylliant mawr o alcohol a chocên ac nad ydych chi'n gallu symud yn y tafarndai am faint o gocên sydd yno sy'n gallu eich helpu i yfed llawer mwy yn y bôn.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #05] 'Weithiau pan fydd fy nghleientiaid yn dweud, "Mae gen i gymaint o gywilydd" ac rydw i'n dweud "Edrych, mae gen i bobl ar fy llwyth achosion sy'n swyddogion heddlu, yn ddiffoddwyr tân, yn feddygon. Nid yw hyn yn rhywbeth sy'n unigryw i unrhyw grŵp o bobl".' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #02]
Cyfreithlondeb	'Prisiau ar ôl y cynnydd, rwy'n tybio; rwyf wedi sylwi, yn enwedig gyda'm grŵp cleient, eu bod yn prynu alcohol anghyfreithlon. Math tebyg o alcohol, mor gryf, gan gael effaith uniongyrchol iawn, y mwyaf o ABV am eich arian mewn gwirionedd. Maen nhw'n prynu alcohol anghyfreithlon; maen nhw'n prynu llawer o alcohol sy'n cael ei ddwyn.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #15]
Diogelwch a lles	'Rwy'n credu bod cael eich ynysu wedi bod yn beth enfawr. Nid yw pobl wedi bod yn defnyddio gwasanaethau. Os ydyn nhw, maen nhw wedi bod yn sgyrsiau dros y ffôn, yn hytrach nag yn sgyrsiau un i un. Rydyn ni wedi gweld yr atgyfeiriadau'n eithaf anghyson. Mae'r atgyfeiriadau rydyn ni'n eu cael gan weithwyr cymunedol, a'r hyn mae'r person yn ei gyflwyno, yn eithaf gwahanol.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #13]

	Iechyd	‘Rydyn ni’n cael llawer mwy o glefyd melyn, dydyn ni ddim? Rydyn ni’n cael llawer mwy o ffitiau alcohol. Rydyn ni’n cael llawer mwy o sirosis, asgites. Rydyn ni wedi cael pobl ar ddiwedd eu hoes, rhywbeth na fydden ni’n ei gymryd fel arfer, ond mae’r uned wedi gorfod addasu.’ [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #14]
Y Polisi	Ymwybyddiaeth o MPA:	‘Nid wyf wedi gweld y gwir effaith a bod yn onest, ar wahân i yfed pethau eraill a defnyddio pethau eraill. Oeddwn i’n meddwl y byddai’n cael effaith enfawr? Doeddwn i ddim yn meddwl y byddai? Doeddwn i ddim yn meddwl y byddai gyda’n cleientiaid, ond roeddwn i’n meddwl y byddai gyda chleientiaid sydd ddim gyda ni, felly, y digartref neu beth bynnag ydyw.’ [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #12] ‘Fy syniad i amdano, pan oeddwn yn darllen amdano yn y papurau newydd, roeddwn i’n ymwybodol o’r ffaith ei fod efallai wedi’i anelu at blant ac efallai’n eu hatal rhag cael rhywun i brynu alcohol iddyn nhw, gan ei wneud y tu hwnt i’w harian poced. Roeddwn i’n meddwl ei fod wedi effeithio ar y pops alcohol a phethau felly.’ [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #13]
	Agweddau, teimladau a chanfyddiadau tuag at MPA	‘Dydw i ddim wedi gofyn y cwestiwn hwn yn ormodol, ond ar adegau rydw i wedi dweud, ac yn fwy diweddar gan wybod bod hyn yn dod i’r amlwg, rydw i wedi dweud, “Wel, beth oedd y cynnydd mewn costau alcohol yn ei olygu i chi?” Ac maen nhw wedi dweud, “Wel doedd hynny ddim yn bwysig mewn gwirionedd, rwyf yn mynd i'w gael bob amser.”’ [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #16] ‘Rwy'n tybio nawr petai rhywun yn dechrau arni, byddai pris yn fwy o beth, ond os oes gan rywun hanes hir o yfed, yna mae’n rhyw fath o...Os yw rhywun wedi bod ar fodca, byddant yn parhau i yfed fodca beth bynnag fo’r pris, oherwydd mae'n ateb y diben, ond rwy’n credu petai rhywun yn dechrau arni nawr, efallai y byddai’n ffactor...Oherwydd yn gyffredinol y cleientiaid hŷn sydd gennyf sydd ar y fodca, hynny yw, mae gen i rai pobl ifanc sydd yn defnyddio sawl cyffur ac yn chwilio am unrhyw beth. Felly, ie, rwy’n meddwl ei fod, rwy’n meddwl...Rwy’n ceisio meddwl am, ie, mae adegau pan fydd rhywun yn dweud, “iawn, dydw i ddim yn gallu fforddio hynny a...”’ [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #05]

	Paratoi ar gyfer gweithredu'r MPA	'Cawsom wybod bod hyn yn digwydd ac rwy'n meddwl ein bod wedi cael rhywfaint o lenyddiaeth a rhai posteri ond dyna'r cyfan mewn gwirionedd.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #01] 'Cawsom arweiniad. Cawsom y polisi i fod yn deg. Roedd y wybodaeth gennym. Ond dwi'n meddwl bod COVID wedi dod a dyna ddiwedd ar hynny mewn gwirionedd.' [Darparwr Gwasanaeth, cyfwelai #08]

6. Atodiad F – Y pynciau a gynhwyswyd mewn Holiaduron Arolwg ac Amserlenni Cyfweliadau

Testunau holiadur yr arolwg – yfwyr

Trefnwyd yr arolwg hwn yn gyfres o adrannau i gasglu gwybodaeth fanwl am y canlynol:

1. Demograffeg (Rhywedd, oed, ethnigrwydd, ardal breswyl)
2. Triniaeth a chymorth ar hyn o bryd (gwneud penderfyniadau)
3. Yfed ar hyn o bryd (Mathau o ddiod, brand, maint, prynu, gwariant, swm, amlder)
4. Hanes yfed (Mathau o ddiod, brand, maint, prynu, gwariant, swm, amlder)
5. Ymwybyddiaeth o MPA (Lefel ymwybyddiaeth, newidiadau pris a welwyd, argaeledd cynnyrch, dod â chynnyrch i ben)
6. Newidiadau ar ôl gweithredu MPA (Newidiadau i batrymau yfed, newidiadau i wariant, effeithiau posibl MPA a Covid-19, newidiadau i driniaeth a chymorth
7. Effeithiolrwydd a dyfodol yr MPA

Mae copi llawn o holiadur yr arolwg ar gael ar gais.

Testunau holiadur yr arolwg – darparwyr

Trefnwyd yr arolwg hwn yn gyfres o adrannau i gasglu gwybodaeth fanwl am y canlynol:

1. Swydd bresennol (Lleoliad, math o sefydliad, a hyd profiad)
2. Natur gyffredinol cyflwyniadau mewn gwasanaethau (cyffredinrwydd prif fath o alcohol, newid mewn cyflwyniadau, prif fathau o yfwyr mewn llwyth achosion, a chategorïau incwm cyflwyniadau)
3. Fforddiadwyedd alcohol a strategaethau ymdopi (amlder sgyrsiau am brisiau a fforddiadwyedd, newidiadau mewn fforddiadwyedd)
4. Ffactorau sy’n siapio dewisiadau/profiadau yfed (ffactorau allweddol sy’n siapio dewisiadau yfed, newidiadau mewn profiadau yfed yn ystod y tair blynedd diwethaf)
5. Isafbris am Alcohol (Gwybodaeth a dealltwriaeth, argaeledd gwybodaeth a chefnogaeth)

6. Effaith MPA ar wasanaethau (Newidiadau amlwg yn y niferoedd sy’n cael eu trin; math a phroffil cyflwyniadau; newid uniongyrchol neu anuniongyrchol i’r ffordd mae gwasanaethau’n cael eu darparu)
7. Effaith MPA ar yfwyr (Newidiadau amlwg i ymddygiad yfwyr, ymwybyddiaeth o ganlyniadau MPA ar yfwyr)
8. Effeithiolrwydd a dyfodol yr MPA

Mae copi llawn o holiadur yr arolwg ar gael ar gais.

Canllaw pwnc cyfweliad – yfwyr

Gwerthuso Isafbris am Alcohol – Gwaith Ansoddol gyda Gwasanaethau a Defnyddwyr Gwasanaeth

Cyfweliad Lled-Strwythuredig – Yfwyr (Cyfweliad dilynol terfynol)

Rhaglith

a) Diolch am roi o'ch amser ac am gytuno i gymryd rhan.

b) Sgwrs am y cymhelliant a phryd/sut bydd yn cael ei gyhoeddi.

c) Cadarnhau: diben y cyfweliad (archwilio: patrymau/ymddygiad yfed, yfed a phrynu; fforddiadwyedd alcohol, a newidiadau i'r rhain i gyd dros y 2-3 blynedd diwethaf a pha esboniadau sydd gennych ar gyfer unrhyw newidiadau); am y tîm ymchwil a chyllid, archwilio'r daflen wybodaeth am gyfranogi, natur wirfoddol a defnydd penodol o ddata (cyfrinachedd), Hysbysiad Preifatrwydd.

d) Cofnodi.

e) Llofnodi ffurflen ganiatâd.

f) Amlinellu strwythur y cyfweliad:

   a. Nifer o gwestiynau penagored amdanoch chi eich hun, eich diod ac unrhyw gyffuriau eraill ac unrhyw newidiadau dros y 2-3 blynedd diwethaf. Atebwch mor llawn â phosibl. (Gallaf gynnig rhai awgrymiadau ychwanegol, lle bo hynny'n briodol).

   b. Bydd nifer o gwestiynau caeedig yn cael eu defnyddio i gofnodi rhai atebion.

   c. Nifer o gwestiynau lle gofynnir i chi gadarnhau rhywfaint o wybodaeth neu egluro un neu ddau bwynt penodol.

Themâu, cwestiynau a phynciau

Thema	**Cwestiynau agoriadol posibl**	**Pethau i wrando amdanyn nhw – rhagor o awgrymiadau**
Hunan	I'R RHAI SYDD **WEDI** CAEL EU CYFWELD YN FLAENOROL AR GYFER YR ASTUDIAETH: • I ddechrau, alla i ofyn sut mae pethau heddiw? • Sut wyt ti'n teimlo? Ble rydych chi ar hyn o bryd? Gartref neu rywle arall? A oes unrhyw un arall gyda chi? • A yw eich amgylchiadau personol yr un fath â'r tro diwethaf i ni siarad (llety, cyflogaeth, perthnasoedd, ac ati)? • A oes unrhyw ddigwyddiadau bywyd arwyddocaol wedi digwydd i chi ers y tro diwethaf i ni siarad?	• Categori oedran (gofynnwch beth yw eu hoedran) • Ardal Awdurdod Lleol • Cyflogaeth (e.e., y math o swydd, yr oriau a weithir) • Statws priodasol • Statws tai • Cymwysterau • Plant 17 oed ac iau sy'n byw gartref • Budd-daliadau • Categori incwm
Cyllid personol	Gan ein bod yn cynnal astudiaeth am brisiau alcohol, mae gennym ddiddordeb mewn gwybod pa mor dda mae pobl yn ymdopi'n ariannol ar hyn o bryd? • Beth fyddech chi'n ei ddweud?	Cynigiwch yr opsiynau canlynol: • Da iawn • Yn eithaf da • Ddim yn ymdopi nac yn methu ymdopi • Ddim yn dda • Ddim yn dda o gwbl
Y defnydd o alcohol a sylweddau **ar hyn o bryd**	Yn awr, hoffwn ofyn tri chwestiwn i chi am eich defnydd o alcohol dros y 12 mis diwethaf. Mae gan bob cwestiwn set o atebion posibl ac ar gyfer pob un, hoffwn i chi nodi'r ateb sydd agosaf i chi: • Yn ystod y 12 mis diwethaf, pa mor aml ydych chi wedi cael diod sy'n cynnwys alcohol? Yr opsiynau ateb yw: Byth / Misol neu lai / 2-4	

	gwaith y mis / 2-3 gwaith yr wythnos / 4 gwaith yr wythnos neu fwy? • Sawl uned o alcohol ydych chi'n ei yfed ar ddiwrnod arferol pan fyddwch chi'n yfed? Yr opsiynau ateb yw: 0-2 / 3-4 / 5-6 / 7-9 / 10 neu fwy • Yn ystod y 12 mis diwethaf, pa mor aml ydych chi wedi cael 6 uned neu fwy os ydych chi'n fenyw, neu 8 neu fwy os ydych chi'n ddyn, ar un achlysur?	• Os nad yw'r cyfranogwr yn siŵr beth yw uned alcohol – mae 1 uned fel arfer tua hanner peint o gwrw, lager neu seidr rheolaidd; 1 gwydraid bach o win; 1 mesur sengl o wirodydd.
Defnydd blaenorol a hanes triniaeth	Hoffwn nawr wirio/cadarnhau (yn dibynnu ar a yw'r unigolyn wedi cael ei gyfweld o'r blaen ai peidio) eich defnydd o alcohol a chyffuriau eraill, ac unrhyw driniaeth/cefnogaeth rydych chi wedi'i chael, yn ystod eich bywyd. • Beth am eich defnydd blaenorol o alcohol/cyffuriau? Sut mae eich defnydd wedi newid dros amser? • Allwch chi ddweud wrthyf fi am natur/math y driniaeth a/neu'r gefnogaeth rydych chi'n ei chael ar hyn o bryd ynghylch eich defnydd o alcohol a/neu gyffuriau eraill? • A fyddech chi'n fodlon dweud ychydig wrthyf am y rhesymau dros ofyn am gymorth a/neu driniaeth ar gyfer eich defnydd o alcohol? Allwch chi ddweud wrthyf am unrhyw gymorth neu driniaeth flaenorol y gallech fod wedi'i chael ar gyfer defnyddio alcohol neu gyffuriau eraill.	• Patrymau defnyddio gwahanol fathau o sylweddau, ymgysylltu â gwasanaethau cyffuriau ac alcohol yn y gymuned ac yn y System Cyfiawnder Troseddol. • Gwirio am: ddadwenwyno cymunedol/cleifion mewnol; meddyginiaethau ar bresgripsiwn; cymorth drwy feddyg teulu; adsefydlu preswyl; grwpiau cymorth alcohol/cyffuriau cymheiriaid. • Nifer yr achlysuron, y math o driniaeth, y math o asiantaeth, y gymuned neu'r CJS.
Newidiadau mewn yfed a phrynu alcohol	Yn awr, hoffwn ystyried a fu unrhyw newidiadau i lefel eich yfed alcohol ers inni siarad ddiwethaf (neu	

	dros y 2-3 blynedd diwethaf) a pha esboniadau a allai fod gennych ar gyfer unrhyw newidiadau.
	• Felly, i ddechrau, allwch chi ddweud a yw **faint** o alcohol rydych chi'n ei yfed wedi newid ers i ni siarad ddiwethaf [neu dros y 2-3 blynedd diwethaf]?
	• A yw'r **amlder** (h.y., nifer y diwrnodau yr wythnos yr ydych yn yfed alcohol) wedi newid dros yr un cyfnod?
	
	• Ydych chi wedi newid **ble** neu **gyda phwy** rydych chi'n yfed (gartref, gyda ffrindiau, tafarn, ac ati)?
	• Dros yr un cyfnod, ydy'r **swm rydych chi wedi'i wario** ar alcohol wedi newid a/neu'r ffordd rydych chi'n ariannu'r alcohol rydych chi'n ei brynu?
	• Yn yr un modd, ydych chi wedi newid unrhyw un o'r patrymau prynu canlynol dros yr un cyfnod?
	  ○ Y **math(au)** o alcohol rydych chi'n ei yfed
	  ○ Y **brand(iau)** alcohol rydych chi'n ei yfed
	  ○ O **ble rydych chi'n prynu** eich alcohol?
	Ydych chi wedi dewis yfed unrhyw ddiodydd alcoholig **isel/sero** o gwbl?
		• Ydych chi'n yfed llai/mwy neu tua'r un faint ers i ni siarad ddiwethaf [neu dros y 2-3 blynedd diwethaf]? A yw wedi amrywio?
		• Llai/mwy/dim newid. Os yw'n llai neu'n fwy, faint o newid? A all yr unigolion feintioli (e.e. wedi arfer yfed bob dydd, ond erbyn hyn dim ond dau ddiwrnod yr wythnos y mae'n yfed).
		
		• Anogwch i weld a yw'r unigolyn yn gallu amcangyfrif faint mae'n ei wario ar alcohol ar wythnos arferol, a hefyd faint ydy cyfanswm ei incwm wythnosol?

Newidiadau i unrhyw ddefnydd arall o gyffuriau (defnyddio a phrynu)	**Os yw'r unigolyn wedi nodi unrhyw ddefnydd arall o gyffuriau yn y gorffennol, gofynnwch y cwestiwn canlynol:** • Ers i ni siarad ddiwethaf [neu dros y 2-3 blynedd diwethaf] a yw eich defnydd o gyffuriau eraill wedi newid mewn perthynas â	

	swm, amlder, math, swm a wariwyd/ariannu, ac ati? • Os ydyw, a oes unrhyw gysylltiad, i chi, ag unrhyw un o'r newidiadau rydych chi wedi'u nodi i'ch yfed?	• Mae'r cwestiwn hwn yn gofyn a fu unrhyw newid sylweddau (e.e., pan fo'n brin o arian, neu mewn cyd-destunau gwahanol), wedi sylweddau newid o/i, cymhellion, esboniadau.
Fforddiadwyedd alcohol	• Ers i ni siarad ddiwethaf [neu dros y 2-3 blynedd diwethaf] pa mor **fforddiadwy** yw alcohol i chi? • Sut ydych chi'n ymdopi os/pan na allwch chi fforddio yfed? Pa effaith ydych chi'n meddwl y mae hyn yn ei chael ar bobl o'ch cwmpas?	• Anogwch i weld a fu unrhyw newid amlwg (naill ai'n fwy neu'n llai fforddiadwy ac i ba raddau) neu a yw'r unigolyn heb sylwi ar unrhyw newid mewn fforddiadwyedd. • Archwiliwch ymatebion wrth iddynt godi e.e. mynd heb, newid beth/faint o ddiod, defnyddio sylweddau eraill, dod o hyd i fwy o arian.
Esboniadau am newidiadau i ystyriaethau defnyddio, prynu a fforddiadwyedd;	**Os yw newidiadau wedi'u nodi yn y ddwy adran uchod.** • Felly, wrth ystyried y sgwrs rydyn ni newydd ei chael ynghylch newidiadau i'ch arferion yfed dros y blynyddoedd diwethaf a pha mor fforddiadwy yw alcohol i chi, beth sydd i'w gyfrif am y newidiadau hyn? Pa ffactorau sydd wedi chwarae rhan?	• Dylech **<u>osgoi</u>** annog unrhyw esboniadau penodol er mwyn rhoi'r rhyddid i'r unigolyn archwilio'r cwestiwn hwn drosto'i hun. Bydd cwestiynau mwy penodol yn nes ymlaen i weld a oes unrhyw ystyriaethau ynghylch: MPA, Covid, Argyfwng Costau Byw, Newid mewn incwm/cyflogaeth, Iechyd (Corfforol/Meddyliol) ac ati. • **Fodd bynnag, defnyddiwch yr anogaeth 'beth arall?' sawl gwaith.**
Effeithiau newidiadau i brisiau/cynnyrch alcohol (ar chi eich hun ac ar eraill) dros y ddwy i dair blynedd diwethaf	• Ers i ni siarad ddiwethaf [neu dros y 2-3 blynedd diwethaf] ydych chi wedi sylwi ar unrhyw **newidiadau i brisiau neu gynnyrch alcohol?** Os ydych, pa newidiadau? A yw'r newidiadau mewn perthynas â'r hyn rydych chi'n ei yfed neu â chynhyrchion alcohol eraill	**GWRANDEWCH, AC EGLURWCH, I BA RADDAU MAE'R ENGHREIFFTIAU YN BROFIADAU GWIRIONEDDOL/UNIONGYRCHOL YN HYTRACH NA CHANFYDDIADAU/TYBIAETHAU/DAMCANIAETHAU.** • Holwch am fanylion newidiadau mewn prisiau – e.e. a ydynt yn cofio un newid mewn pris neu nifer o newidiadau mewn prisiau dros y 2-3

	nad ydych chi'n eu prynu fel arfer neu pa bobl eraill rydych chi'n eu hadnabod sy'n yfed?	blynedd diwethaf, ac a oedd y newidiadau mewn prisiau yn fach/canolig/mawr eu natur? • Holwch am fanylion – e.e. (a) cynhyrchion yr oeddech yn arfer eu prynu, ond nad ydynt bellach mewn stoc, neu boteli mawr o seidr (3lt) yn newid i feintiau llai (1ltr, 1.5ltr) ac ati, neu (b) unrhyw gynnyrch a oedd yn dychwelyd i'r silffoedd a oedd yn absennol yn flaenorol.
	• Ers i ni siarad ddiwethaf [neu dros y 2-3 blynedd diwethaf], **pa effeithiau, os o gwbl, y mae cynnydd mewn prisiau wedi'u cael arnoch chi** – ar yr hyn rydych chi'n ei yfed/faint rydych chi'n ei yfed/pryd fyddwch chi'n yfed? Neu ydych chi'n yfed yr un fath ag yr ydych chi wedi'i wneud erioed?	• Holwch am newidiadau mewn arferion gwario ac ymddygiad yfed. A yw'r newid mewn prisiau wedi arwain atoch chi yn: lleihau eich yfed (bob dydd neu ar lai o ddiwrnodau); yfed alcohol rhatach/cynnyrch gwahanol; dwyn alcohol; yfed alcohol anghyfreithlon (alcohol y farchnad ddu); yfed alcohol nad yw'n ddiod (e.e., hylif diheintio dwylo, meths).
	• Ydych chi wedi newid faint rydych chi'n ei wario ar **bethau eraill** er mwyn parhau i brynu eich alcohol arferol? • Ydych chi wedi gorfod gofyn am unrhyw **gymorth neu driniaeth** i helpu i ymdopi ag unrhyw gynnydd mewn prisiau? • Beth am yr **effeithiau ar eich teulu a'ch ffrindiau**? • Beth am **bethau eraill** yn eich bywyd?	• Bwyd, mathau o fwyd, dillad, gwres, llety, adloniant ayb. Holwch am unrhyw ddefnydd cynyddol o fanciau bwyd ayb. • Ystyried yr effaith bosibl ar deulu a ffrindiau (e.e., llai o arian i'w wario ar fwyd, dillad, llety) e.e., troseddu, ceisio triniaeth, cyflogaeth, llety, iechyd, lles, rheoli eich bywyd bob dydd, cyllid, defnyddio triniaeth a gwasanaethau eraill.
	• Beth am **yfwyr eraill**? Pa effeithiau ydych chi wedi'u gweld arnyn nhw? • A yw'r newid ym mhrisiau alcohol wedi arwain at unrhyw ganlyniadau eraill i chi nad ydym wedi'u trafod eto?	

Ffactorau eraill	• A oes unrhyw beth ar wahân i bris alcohol sydd wedi cael effaith fawr ar eich yfed? • A fu unrhyw beth ar wahân i bris alcohol sydd wedi effeithio ar fforddiadwyedd alcohol i chi?	• Gallai hyn fod yn unrhyw beth, ond gallai gynnwys: newidiadau yn eich bywyd eich hun (e.e. i berthnasoedd, i'ch incwm/budd-daliadau neu i'ch cartref neu i'ch iechyd); digwyddiadau bywyd arwyddocaol (e.e. profedigaeth); dylanwad pobl o'ch cwmpas (e.e. agweddau at yfed trwm); newidiadau sy'n effeithio ar eich cymuned leol, y rhanbarth hwn, neu hyd yn oed y wlad gyfan. • Hefyd, gwiriwch am ymatebion i Covid/cyfnod clo, argyfwng costau byw, newidiadau i fudd-daliadau (e.e., Credyd Cynhwysol).
Ymwybyddiaeth ac effaith isafbris am alcohol	Ym mis Mawrth 2020, cyflwynodd Llywodraeth Cymru bolisi newydd sydd wedi cynyddu pris rhai cynhyrchion alcohol rhatach. • Ydych chi'n gwybod llawer/unrhyw beth am y polisi hwn? Ydych chi'n gwybod beth mae'n cael ei alw? (Os ydych, gofynnwch pryd y clywson nhw amdano gyntaf – ac o ble, e.e. teledu, ar-lein, gwasanaethau triniaeth, taflen). • Allwch chi gofio unrhyw beth a ddigwyddodd pan ddaeth y polisi i rym yn 2020? • Gan feddwl yn ôl i'r adeg pan ddaeth y polisi i rym (a oedd ychydig cyn y cyfyngiadau symud Covid cyntaf), oeddech chi'n yfed bryd hynny? • Sut mae'r pris rydych chi'n ei dalu am alcohol ar hyn o bryd yn cymharu â'r pris y byddech chi wedi'i dalu cyn i'r polisi gael ei gyflwyno? • Buom yn siarad yn gynharach am ba mor fforddiadwy yw alcohol i chi yn awr. A allwch gofio pa mor fforddiadwy oedd alcohol i chi cyn	• Edrychwch i weld a ydynt yn enwi'r polisi'n ddigymell – os nad, dywedwch wrth y person ein bod ni'n siarad am MPA/MUP a rhowch esboniad byr. Edrychwch i weld a ydynt yn cofio clywed/trafod unrhyw beth amdano pan gafodd y polisi ei roi ar waith ym mis Mawrth 2020. • Holwch am fanylion patrymau yfed ar adeg gweithredu'r MPA. Efallai y bydd pobl yn ei chael hi'n haws cofio beth roedden nhw'n ei yfed ychydig cyn cyfnod clo cyntaf Covid. • Holwch am fanylion os gall yr unigolyn gofio'r union brisiau a dalwyd. Os nad, holwch i gael syniad o faint unrhyw newidiadau mewn prisiau. • Archwiliwch unrhyw newidiadau mewn fforddiadwyedd ers cyflwyno MPA.

	mis Mawrth 2020, a sut mae hynny'n cymharu â nawr? • Ers mis Mawrth 2020, ydych chi wedi: o Rhoi'r gorau i yfed? o Yfed llai o alcohol bob dydd? o Yfed alcohol ar lai o ddiwrnodau? o Yfed tua'r un faint o alcohol ag o'r blaen? o Yfed alcohol rhatach? o Dwyn alcohol? o Yfed alcohol anghyfreithlon (marchnad ddu)? o Yfed alcohol nad yw'n ddiod (e.e., hylif diheintio dwylo seiliedig ar alcohol, persawr dynion, gwirod methyledig)? • Os do, i unrhyw un o'r uchod, yn eich barn chi, faint wnaeth y newid mewn prisiau alcohol ym mis Mawrth 2020 gyfrannu at hyn? Dewisiadau ateb: (a) rheswm mawr, (b) rheswm bach, (c) ddim yn rheswm o gwbl. • Ers mis Mawrth 2020, ydych chi wedi: o Bod angen mwy o arian i brynu alcohol? o Newid i / cynyddu'r defnydd o sylweddau (gan gynnwys tybaco)? o Gwario llai ar bethau eraill er mwyn prynu alcohol? o Ceisio triniaeth? • Os do, i unrhyw un o'r uchod, yn eich barn chi, faint wnaeth y newid mewn prisiau alcohol ym mis Mawrth 2020 gyfrannu at hyn? Dewisiadau ateb: (a) rheswm mawr, (b) rheswm bach, (c) ddim yn rheswm o gwbl.	
Effaith ar eraill	• Hyd yma, rydym wedi gofyn i chi am eich profiadau personol eich hun. Hoffech chi roi	• Chwiliwch am dystiolaeth ac enghreifftiau yn hytrach na chanfyddiadau a thybiaethau.

	sylwadau mwy cyffredinol am newidiadau mewn patrymau yfed ac ymddygiad cysylltiedig ymysg pobl eraill rydych chi'n eu hadnabod? Ydych chi'n meddwl bod pobl eraill yn gwneud unrhyw beth yn wahanol oherwydd isafswm prisiau? Byddai'n ddefnyddiol petaech chi'n gallu rhoi enghreifftiau o bethau rydych chi wedi sylwi arnyn nhw, os gwelwch yn dda.	Gofynnwch pam eu bod yn meddwl bod y newidiadau wedi digwydd a holwch am effaith MPA neu ffactorau eraill. • Archwiliwch unrhyw strategaethau ymdopi a fabwysiadwyd gan eraill.
Agweddau a theimladau tuag at isafswm prisiau	• Beth yw eich barn chi am y polisi? Beth yw'r pethau da neu ddrwg am hyn? I chi? I bobl eraill sy'n yfed yn drwm? I bobl eraill o'ch cwmpas? (e.e. teulu) • A yw eich barn wedi newid dros amser? • Ydych chi'n credu y dylid parhau â'r polisi? • Awgrymwyd y gallai codi gwerth isafbris uned gynyddu'r effaith gadarnhaol ar yfed alcohol a niwed cysylltiedig. Pe bai opsiwn i newid y MUP o 50c, beth fyddech chi'n argymell i Lywodraeth Cymru ei wneud? • Beth ddylai blaenoriaethau Llywodraeth Cymru fod i leihau niwed sy'n gysylltiedig ag alcohol ledled Cymru?	• Holwch am yr hyn maen nhw'n ei feddwl yw'r pethau cadarnhaol a negyddol – iddyn nhw eu hunain ac eraill. • Gwiriwch a oedd eu barn/agweddau/teimladau eisoes wedi'u ffurfio cyn y cyfweliad hwn neu a yw ei drafod heddiw wedi newid eu barn ac ati. • Pam ydych chi'n teimlo fel hyn? Pa mor gryf ydych chi'n teimlo am hyn? • Uwch, is, yr un fath, dileu? Pa bris fyddech chi'n ei argymell? Pam ydych chi'n teimlo fel hyn?
Unrhyw beth arall	• Diolch ichi am yr hyn yr ydych wedi'i ddweud wrthyf heddiw am bris alcohol ac effaith hyn ar y ffordd yr ydych chi a phobl eraill yn yfed. Cyn i ni orffen, a oes unrhyw beth arall yr hoffech ei ddweud?	• Rhoddwyd yr opsiwn i ymatebwyr ddarparu unrhyw wybodaeth bellach a allai fod yn berthnasol yn eu barn hwy.

- Diolch
- Cynnig Taleb – llofnodi ar ei gyfer

Canllaw pwnc cyfweliad – darparwyr

Gwerthuso Isafbris am Alcohol – Gwaith Ansoddol gyda Gwasanaethau a Defnyddwyr Gwasanaeth

Cyfweliad Lled-Strwythuredig – Darparwyr (Cyfweliad dilynol terfynol)

Rhaglith

- Diolch am roi o’ch amser ac am gytuno i gymryd rhan.
- Cadarnhau: diben y cyfweliad (archwilio: patrymau/ymddygiad yfed, yfed a phrynu; gwybodaeth am Isafbris Alcohol; effaith MPA ar wariant aelwydydd ac agweddau eraill ar fywyd, e.e. perthnasoedd, cyflogaeth ac iechyd), am y tîm ymchwil a chyllid, archwilio’r daflen wybodaeth am gyfranogi, natur wirfoddol, a defnydd penodol o ddata (cyfrinachol), Hysbysiad Preifatrwydd.
- Cofnodi.
- Llofnodi ffurflen ganiatâd.
- Amlinellu strwythur y cyfweliad:

  a) Nifer o gwestiynau penagored amdanoch chi eich hun, yfed a defnydd cyffuriau eich grŵp cleient a sut mae isafbris uned wedi effeithio ar hyn. Atebwch mor llawn â phosibl. (Gallaf gynnig rhai awgrymiadau ychwanegol, lle bo hynny’n briodol).

  b) Mae nifer o gwestiynau mwy caeedig yn cael eu defnyddio gennyf i gofnodi rhai atebion a/neu ofyn i chi naill ai gadarnhau’r wybodaeth a roddwyd a/neu gofnodi un neu ddau o bwyntiau penodol.
- Byddwn yn defnyddio’r termau MPA a MUP yn ystod y cyfweliad. Esboniwch y gwahaniaeth (MPA yw’r ddeddfwriaeth, a MUP yw’r adnodd ar gyfer cyflawni’r polisi), ond bod y termau’n aml yn cael eu defnyddio’n gyfnewidiol.

Themâu, cwestiynau a phynciau

Maes pwnc eang	Cwestiwn agoriadol posibl	Pethau i wrando amdanyn nhw – rhagor o awgrymiadau
Hunan	• Allwch chi amlinellu ychydig amdanoch chi eich hun, oedran, rhyw, cenedligrwydd ac ati?	• Oedran, rhyw, cenedligrwydd, ethnigrwydd.
Profiad	• Beth yw natur eich rôl bresennol? • Allwch chi ddweud rhywbeth wrthyf fi am ba mor hir rydych chi wedi bod yn gweithio gydag yfwyr a defnyddwyr cyffuriau?	• Rôl bresennol, cyfnod yn y rôl bresennol, natur y rôl. • Dyfnder profiad yn y maes ymarfer hwn.
Math o sefydliad	• Pa fath o wasanaeth(au) y mae eich sefydliad yn eu cynnig? • Beth yw natur poblogaeth y cleientiaid?	• e.e. alcohol yn unig, cyffuriau eraill, gweithio gyda theulu/gofalwyr, nifer y cleientiaid.
Persbectif ar y defnydd nodweddiadol o alcohol ymysg pobl sy'n defnyddio'r gwasanaeth	• Pa fathau o alcohol sy'n cael eu yfed yn gyffredin gan ddefnyddwyr eich gwasanaeth? A yw'n amrywio neu a oes cynhyrchion cyffredin? Pa rai? • Ble mae'r cynhyrchion hyn yn cael eu prynu/defnyddio? • Ydych chi'n ymwybodol o'r farchnad ddu a phrynu alcohol anghyfreithlon? • A oes unrhyw ffactorau lleol sy'n berthnasol i'r patrymau hyn o ddefnyddio a phrynu? • Yn eich barn chi, beth sy'n dylanwadu ar y dewisiadau diod a wneir gan bobl sy'n dod i mewn i'r gwasanaeth hwn? • Pa mor fforddiadwy yw alcohol i'r bobl sy'n defnyddio'r gwasanaeth hwn?	• Holwch am fanylion mathau poblogaidd o alcohol a brandiau poblogaidd os ydynt yn hysbys. • Holwch am batrymau prynu e.e. ar werthiant mewn tafarndai/bwytai a/neu gwerthu alcohol i'w yfed oddi ar y safle (siopau); a brynir drwy wasanaeth ar-lein/ap/danfon. • Holwch am batrymau yfed e.e. gartref, mannau cyhoeddus, tafarndai/bwytai, ffeuau yfed, ac ati. • Os felly, ble/sut ydych chi'n meddwl y gellir cael gafael ar hyn? • e.e. amddifadedd, traddodiadau, diwylliant, natur wledig ac ati. • h.y., ar wahân i ddibyniaeth bosibl, pa ffactorau eraill sy'n allweddol? (e.e., cyfleustra, pris, blas, effaith)

	• Pa strategaethau mae pobl yn eu defnyddio pan nad ydyn nhw'n gallu fforddio yfed? • Pa effeithiau mae'r rhain yn eu cael ar bobl o'u cwmpas?	• Gwiriwch a yw'r rhain yn ymatebion hysbys (h.y. mae cleientiaid wedi trafod eu defnyddio), neu a ydynt yn dybiedig/canfyddedig. • Archwiliwch ymatebion wrth iddynt godi e.e. mynd heb, newid beth/faint o ddiod, defnyddio sylweddau eraill, dod o hyd i fwy o arian. • Gwiriwch a yw'r rhain yn effeithiau sydd wedi cael eu hadrodd/gweld neu a ydynt yn dybiedig/canfyddedig. • e.e. rheoli bywyd bob dydd, teulu/rhieni/perthnasau eraill.
Ymwybyddiaeth o ddeddfwriaeth MPA	• Beth ydych chi'n ei wybod / ddeall am Ddeddf Iechyd y Cyhoedd (Isafbris am Alcohol) (Cymru) 2018? • Sut mae eich dealltwriaeth/gwybodaeth am MPA wedi newid dros amser? • Pryd clywsoch chi gyntaf am MPA yng Nghymru a phryd wnaethoch chi sylwi gyntaf ei fod wedi cael ei roi ar waith? • Ydych chi wedi cael unrhyw arweiniad, cymorth neu hyfforddiant mewn perthynas â chyflwyno MPA?	• Ymwybyddiaeth a dealltwriaeth o MPA. O ble y daeth eu gwybodaeth?
Effeithiau Prisiau a chynnyrch	• Beth fu canlyniadau'r polisi hwn i'r bobl sy'n defnyddio'ch gwasanaeth – a welsoch neu a glywsoch? • Beth, os o gwbl, y mae'r bobl hynny sy'n yfed yn niweidiol wedi'i wneud yn wahanol oherwydd isafswm prisiau?	• Cyllid, iechyd, lles, llety, dillad, bwyd. • Dadwenwyno • Holwch am newid posibl mewn yfed, amnewid, marchnad ddu, ceisio triniaeth, ffyrdd o gael alcohol/arian. • Holwch am ganlyniadau bwriadol ac anfwriadol.

	• Ydych chi wedi sylwi ar unrhyw newid i fforddiadwyedd alcohol i'r yfwyr rydych chi'n gweithio gyda nhw ers cyflwyno MPA? • Yn eich barn chi, beth oedd canlyniadau eraill MPA mewn perthynas â: • Y bobl o amgylch y bobl sy'n defnyddio'r gwasanaeth hwn (e.e. Teulu)? • Pobl nad ydynt yn defnyddio gwasanaethau eto ond a allai fod eu hangen? • Y gwasanaeth hwn (e.e. ydych chi'n rhagweld / ydych chi wedi gweld newidiadau yn y galw)? • Y sector hwn (h.y. iechyd a lles)? • Sectorau eraill (e.e. cyfiawnder troseddol)? • A fu unrhyw newidiadau mewn cyflwyniadau i'r gwasanaeth dros y ddwy flynedd diwethaf? • A fu unrhyw newidiadau yn y galw am wasanaethau dadwenwyno ers cyflwyno MPA (neu achosion o ddiddyfnu acíwt)? • A oes unrhyw beth am yr ardal/rhanbarth hwn sy'n golygu bod yr isafbris uned wedi cael effeithiau gwahanol yma i rai mewn mannau eraill? Allwch chi ddweud mwy wrthyf am hyn? • Sut mae unrhyw ran o hyn (atebion i'r cwestiynau uchod) yn cymharu â'r hyn yr oeddech yn disgwyl iddo ddigwydd pan gyflwynwyd/gweithredwyd yr MPA? • (os na thrafodwyd/cyflwynwyd uchod) • Oes gennych chi unrhyw farn am lefel yr isafswm prisiau a roddwyd ar waith? • Beth ydych chi wedi sylwi arno/wedi'i weld/clywed am newidiadau i brisiau cynnyrch alcohol dros y ddwy flynedd diwethaf? Ydych chi'n priodoli'r	• Gwiriwch a yw'r rhain yn ganlyniadau hysbys (h.y. mae cleientiaid wedi eu trafod), neu a ydynt yn dybiedig/canfyddedig. • Holwch beth maen nhw'n meddwl sydd wedi achosi unrhyw newidiadau (e.e., newid mewn pris, Covid). • Os 'ydy', edrychwch ar y dystiolaeth ar gyfer hyn, gan gynnwys unrhyw dystiolaeth bod modd ei phriodoli i gyflwyno MPA. • Archwiliwch unrhyw dystiolaeth ei fod yn wahanol. • A oeddent yn ymwybodol o unrhyw ymgynghoriad ynghylch pennu lefel MUP? • Holwch am unrhyw/yr holl newidiadau gwirioneddol mewn pris cynnyrch penodol yn ogystal â thueddiadau cyffredinol mewn prisiau alcohol. • Gwiriwch a yw unrhyw newidiadau a nodwyd yn deillio o'u harsylwadau eu hunain neu o'r hyn maen nhw wedi'i glywed gan yr yfwyr maen nhw'n gweithio gyda nhw. • e.e. newid maint cynnyrch, tynnu cynnyrch oddi ar silffoedd. • Gwiriwch a yw unrhyw newidiadau a nodwyd yn deillio o'u harsylwadau eu hunain neu o'r hyn

	newidiadau hyn i MPA (o'i gymharu â chynnydd mewn prisiau chwyddiant yn unig ac ati)? • Beth ydych chi wedi sylwi arno/wedi'i weld/clywed am newidiadau i gynnyrch alcohol sydd wedi cael eu gwerthu dros y ddwy flynedd diwethaf?	maen nhw wedi'i glywed gan yr yfwyr maen nhw'n gweithio gyda nhw.
Newid	(os na thrafodwyd/cyflwynwyd uchod) • Yn fwy penodol, ydy ymddygiad yfwr wedi newid, o ran newidiadau yn y math o alcohol neu gyffuriau eraill sy'n cael eu defnyddio o ganlyniad i isafswm prisiau?	• A oes mathau penodol o yfwyr sy'n amnewid o ganlyniad i MPA? • Beth mae amnewid yn ei olygu (h.y. o fewn alcohol neu sylweddau eraill), pa sylweddau, pam, sut?
Agweddau a theimladau tuag at isafswm prisiau	• O ystyried popeth rydych chi wedi'i weld, beth yw eich barn am isafswm prisiau a'r polisi MPA? • A yw eich barn wedi newid dros amser?	
Unrhyw beth arall	• O wybod ein bod ni'n mynd i gael sgwrs am isafswm prisiau ar gyfer alcohol, a oes unrhyw beth arall roeddech chi'n meddwl amdano neu'n meddwl y dylem ni glywed am y pwnc?	• Rhoddwyd yr opsiwn i ymatebwyr ddarparu unrhyw wybodaeth bellach a allai fod yn berthnasol yn eu barn hwy.

Diolch.

7. Atodiad G – Cyfeiriadau

Braun, V. and Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. Qualitative Research in Psychology, 3(2): 77-101.

Bryman, A. (2016). Social Research Methods. Oxford: Oxford University Press.

Glaser, B. and Strauss, A. (1967). The Discovery of Grounded Theory: Strategies for Qualitative Research. Mill Valley, CA: Sociology Press.

Neale, J., Miller, P., and West, R. (2014). Reporting quantitative information in qualitative research: Guidance for authors and reviewers [Editorial note], Addiction, 109(2), 175–176.

Neale, J. and West, R. (2015). Guidance for reporting qualitative manuscripts [Editorial note], Addiction, 110(4), 549-550.

Llywodraeth Cymru (2014). Fframwaith triniaeth ar gyfer camddefnyddio sylweddau (SMTF):Cyfranogiad defnyddwyr gwasanaeth. Caerdydd: Llywodraeth Cymru.

Wincup, E. (2017). Criminological research: Understanding qualitative methods. SAGE Publications Ltd.