Negeseuon allweddol

Rhagymadrodd - alcohol a'i effaith ar iechyd ac ar ein cymunedau lleol

- Camddefnyddio alcohol yw un o'n heriau iechyd cyhoeddus mwyaf difrifol yng Nghymru, sy'n effeithio ar ganlyniadau iechyd unigolion a chymunedau lleol drwy ei effaith ar deuluoedd a materion ehangach megis trosedd
- Mae gan bobl sy'n byw mewn amddifadedd ganlyniadau iechyd cysylltiedig ag alcohol gwaeth, sy'n dangos anghydraddoldeb iechyd y mae angen mynd i'r afael ag ef
- Caiff camddefnyddio alcohol effaith ar ddefnydd gwasanaethau iechyd
- Mae ffocws polisi clir yng Nghymru ar fynd i'r afael â niweidiau iechyd a niweidiau ehangach sy'n gysylltiedig â chamddefnyddio alcohol

Yfed alcohol a'i argaeledd

Gwneud alcohol yn llai fforddiadwy

- Mae alcohol yn llawer mwy fforddiadwy nawr nag ydoedd ddeng mlynedd ar hugain yn ôl ac mae wedi dod yn haws cael gafael arno - caiff ei werthu mewn mwy o leoedd am oriau hirach
- Mae rheoli prisiau a gorfodi rheoleiddiad yn ddau o'r mesurau cryfaf sy'n dylanwadu ar batrwm yfed alcohol yn y boblogaeth, ac o ganlyniad y niwed cysylltiedig ag alcohol
- Mae Llywodraeth y DU eisoes wedi rhoi mesurau ar waith i gynyddu treth ar alcohol
- Mae strategaeth alcohol newydd Llywodraeth y DU yn bwriadu cyflwyno isafswm pris uned, y disgwylir iddo fod yn 40c am bob uned o alcohol
- Mae Llywodraeth Cymru wedi cefnogi MUP yn gyson, a dylai ystyried galw ar Lywodraeth y DU i osod yr MUP ar 50c o gofio'r effaith gynyddol ar leihau yfed alcohol

Rheoli pa mor hawdd yw cael gafael ar alcohol

- Caiff gorfodi trwyddedu effeithiol effaith ar ymddygiad yfed ac mae methu â gorfodi'r gyfraith yn arwain at lefelau uwch o yfed alcohol o fewn y boblogaeth
- Mae diwygiadau Diwygio'r Heddlu a Chyfrifoldeb Cymdeithasol yn cyflwyno ystod o newidiadau i Ddeddf Trwyddedu 2003 a gellid eu defnyddio i leihau niwed gan droseddau cysylltiedig ag alcohol a chamddefnyddio alcohol
- Rhaid i Fyrddau Iechyd Lleol ac Awdurdodau Trwyddedu fel yr 'awdurdodau cyfrifol' newydd wneud y defnydd gorau o'u gallu i ddylanwadu ar geisiadau ac adolygiadau trwyddedu

Cyfyngiadau oedran ac alcohol

Mae angen i'r ddau awdurdod lleol ac unedau rheoli sylfaenol yr Heddlu:

- Gynnal gweithrediadau prynu prawf presennol tra'n ehangu rheoleiddiad i wahanol sectorau cyflenwi megis busnesau cyflenwi hwyr y nos a phedair awr ar hugain
- Defnyddio'r cosbau sydd ar gael am werthu alcohol yn gyson i blant ochr yn ochr â gwaith y Swyddfa Gartref ar werthu alcohol
- Darparu addysg a hyfforddiant i'r fasnach drwyddedig ynglŷn â'r newidiadau yn y Ddeddf Trwyddedu

Datblygu economi hwyr y nos diogel a chynaliadwy

- Yng Nghaerdydd a Bro Morgannwg mae'r awdurdodau lleol, Heddlu, iechyd, deiliaid trwydded a phartneriaid eraill wedi sefydlu mesurau effeithiol i reoli a lleihau'r niwed posibl gan alcohol yn yr economi hwyr y nos, ond mae rhagor i'w wneud
- Yng Nghaerdydd gellir gwneud cynnydd pellach drwy weithredu argymhellion adroddiad Pwyllgor Craffu Economi a Diwylliant y Cyngor2
- Byd cyfranogiad partneriaethau Caerdydd a Bro Morgannwg yn y gwaith cenedlaethol i ddal yr holl weithgareddau sy'n digwydd yn lleol er mwyn cynorthwyo i sicrhau economi hwyr y nos diogel (yr ymarferiad 'diwydrwydd dyladwy') yn rhoi gwaelodlin ddefnyddiol yn erbyn pa un y gellir datblygu darpariaeth wedi'i blaenoriaethu yn y dyfodol
- Bydd gweithredu pwerau ychwanegol yn Neddf Diwygio'r Heddlu a Chyfrifoldeb Cymdeithasol yn gwella'r gallu i reoli economïau hwyr y nos yn rhagweithiol ar draws Caerdydd a Bro Morgannwg






Lleihau niwed

Sgrinio ac ymyriadau byr

- Mae sgrinio alcohol ac ymyriadau byr yn effeithiol, yn gyflym i'w cyflawni a gallant gynorthwyo pobl i gymryd rheolaeth dros eu hyfed ar gam cynnar cyn y bydd niwed difrifol i iechyd yn digwydd
- Rhaid i'r cyrsiau hyfforddi ABI newydd gael eu cyflwyno i staff allweddol ar draws Caerdydd a Bro Morgannwg. Mae'r hyfforddiant am ddim a gellir ei gyflwyno mewn cyn lleied ag 1.5 awr
- Rhaid datblygu a rhoi ar waith raglen syml ond cadarn ar gyfer cofnodi a monitro canlyniad ymyriadau alcohol arferol

Camau i leihau niwed i unigolion sy'n goryfed yn economi hwyr y nos Caerdydd

- Mae nifer o gynlluniau effeithiol ar waith i leihau'r perygl o niwed i'r rheiny sy'n camddefnyddio alcohol yn yr economi hwyr y nos
- Rhaid i'r Bwrdd Iechyd Prifysgol gefnogi sefydlu canolfan adfer alcohol yng nghanol Caerdydd
- ystyried nifer uchel y plant a ddygir i mewn gan StaySafe oherwydd alcohol, rhaid hyfforddi staff StaySafe i gyflenwi ymyriadau byr alcohol

Yfed a gyrru

- Mae'r lleihad mewn marwolaethau a damweiniau o ganlyniad i yfed a gyrru yn arddangosiad cryf o effaith deddfwriaeth ar y cyd ag ymgyrchoedd ymwybyddiaeth y cyhoedd
- Dylai Llywodraeth Cymru lobio Llywodraeth y DU i leihau terfyn alcohol yn y gwaed ar gyfer gyrru i 50mg yn y tymor byr, gyda nod tymor hir i leihau'r terfyn i ddim

Polisïau alcohol yn y gweithle

- Mae camddefnyddio alcohol yn niweidio iechyd yn y gwaith a chynhyrchiant, gan effeithio ar economi'r DU
- Mae Gwobr Safon Iechyd Corfforaethol a Gwobr Iechyd y Gweithle Bach yn rhoi fframwaith ar gyfer gwella iechyd yn y gweithle, yn cynnwys mynd i'r afael â chamddefnyddio alcohol
- Dylai'r Rhwydwaith Cyflogwyr lleol flaenoriaethu gweithredu polisïau alcohol yn unol â chanllawiau Gweithrediaeth Iechyd a Diogelwch14 Llywodraeth Cymru, a chyflwyno hyfforddiant ymyriad byr alcohol ar gyfer staff iechyd galwedigaethol, cefnogi gweithwyr ac undebau llafur
- Dylai'r holl gyflogwyr cyhoeddus yng Nghaerdydd a'r Fro gyfranogi yn y Safon Iechyd Corfforaethol gan gynnwys mabwysiadu polisi alcohol yn unol ag arfer gorau

Rhaglenni addysg iechyd a datblygiad sgiliau personol ar gyfer plant a phobl ifanc

- Mae gweithgaredd gwella iechyd i'w gael yn y rhan fwyaf o ysgolion ar draws Caerdydd a'r Fro, ond amrywiol yw lefel y gefnogaeth camddefnydd sylweddau i ysgolion
- Dylid adolygu ac ymestyn gwasanaethau addysg a chyngor camddefnyddio sylweddau ar draws y ddwy sir
- Dylid datblygu'r Rhaglen Cryfhau Teuluoedd a'r rhaglen Prifysgolion os gwelir eu bod yn effeithiol

Newid Agweddau

Rheoleiddio hysbysebu a nawdd alcohol

- Mae hysbysebu a hyrwyddo alcohol yn ddiwydiant gwerth miliynau o bunnoedd sy'n dylanwadu ar ymddygiad yfed oedolion a phobl ifanc
- Dylai partneriaethau Caerdydd a'r Fro ddod ynghyd i lobio Llywodraeth Cymru a Llywodraeth y DU i weithredu i gyfyngu ar hysbysebu a hyrwyddo alcohol

Ymgyrchoedd cyhoeddus yn y cyfryngau torfol

- Mae gan ymgyrchoedd cyfryngau torfol rôl i'w chwarae fel rhan o ddull eangach, cynhwysfawr tuag at fater iechyd penodol
- Dylai Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro ddiwygio ei raglen ymgyrch alcohol yn unol â'r dull cenedlaethol
- Dylai awdurdodau lleol Caerdydd a Bro Morgannwg ac aelodau o'r Rhwydwaith Cyflogwyr hefyd gefnogi'r ymgyrch genedlaethol

GIG CYMRU NHS WALES
Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro
Cardiff and Vale University Health Board