

Cymru Ddi-fwg

Ein Strategaeth Rheoli Tybaco
hirdymor i Gymru



Llywodraeth Cymru
Welsh Government



Crynodeb hawdd
ei ddeall

Helo

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



Rydym ar daith lle mae llai o bobl yn ysmegu ac yn defnyddio tybaco yng Nghymru.

Yn 2007

gwaharddwyd ysmegu mewn bwytai a mannau dan do fel bwytai.

Yn 2015

gwaharddwyd ysmegu mewn ceir gyda phlant.

Yn 2021

gwaharddwyd ysmegu mewn mannau awyr agored o amgylch ysbytai, ysgolion a meysydd chwarae.

Nawr mae hwn yn dweud wrthyh chi am ein cynllun ar gyfer Cymru ddi-fwg erbyn 2030.

Rhai ffeithiau

Mae bod yn genedl **ddi-fwg**:

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



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



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

Yng Nghymru:

Mae **14%** o oedolion yng Nghymru yn ysmegu

Mae **4%** o bobl ifanc yng Nghymru 11-16 mlwydd oed yn ysmegu o leiaf bob wythnos.



Nid yw ysmegu yn niweidio'r sawl sy'n ysmegu yn unig.

Mae mwg ail-law yn niweidiol.

Os yw pobl feichiog yn ysmegu, mae'n ddrwg i'r baban heb ei eni.



Ein Gweledigaeth

Rydym am fod yn Gymru ddi-fwg erbyn 2030.

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

Er mwyn cyrraedd y nod hwn byddwn yn canolbwyntio ar 3 phrif thema.



Thema 1:

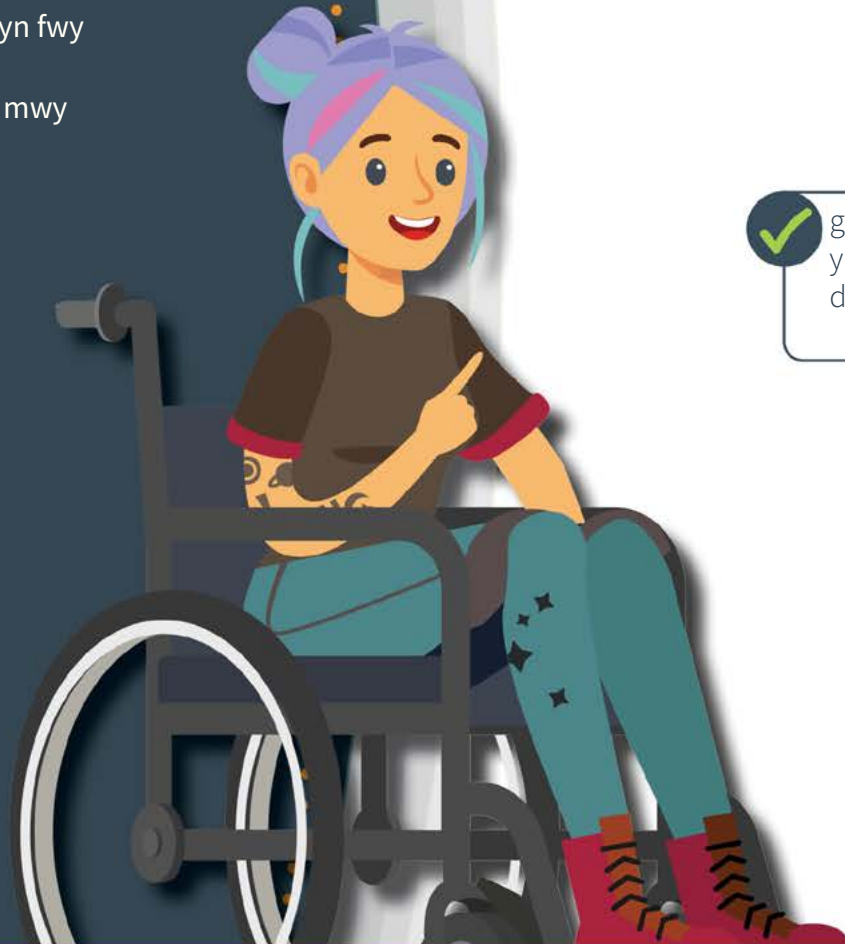
Lleihau anghydraddoldebau

...i gefnogi grwpiau o bobl sy'n fwy tebygol o ysmegu.

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

- pobl sy'n byw mewn [ardaloedd mwy difreintiedig]
- pobl â chyflyrau iechyd meddwl
- pobl o rai cefndiroedd ethnig
- pobl o'r gymuned LGBTQ+.

Mae hyn yn golygu y gallant wynebu mwy o broblemau iechyd.



Erbyn 2030 byddwch yn gweld:

✓ llai o anghydraddoldebau iechyd sy'n cael eu hachosi gan ysmegu

✓ mwy a mwy o bobl yn cael cymorth i roi'r gorau i ysmegu

✓ grwpiau sydd â'r risg uchaf o ddechrau ysmegu yn cael cymorth ychwanegol fel nad ydynt yn dechrau ysmegu yn y lle cyntaf

✓ cymorth rhoi'r gorau i ysmegu sy'n gweithio ar gael i bawb ond wedi'i dargedu at ble mae ei angen fwyaf.



Thema 2:

Diogelu Cenedlaethau'r Dyfodol ...i leihau effaith tybaco ar blant a phobl ifanc.

Mae ysmygu yn effeithio ar fywydau plant a phobl ifanc yn ystod eu plentyndod. Nid yn unig am eu bod yn gallu anadlu mwg pobl eraill ond oherwydd bod gweld pobl eraill yn ysmygu yn gallu ei gwneud yn fwy tebygol y byddant yn dechrau eu hunain.



Erbyn 2030 byddwch yn gweld:

✓ bydd peidio ag ysmygu yn rhan arferol o fywyd i bob plentyn a pherson ifanc

✓ llai o bobl yn ysmygu pan fyddant yn feichiog

✓ plant yn cael plentyndod di-fwg ac ni fyddant yn ysmygu hyd yn oed os yw eu rhieni'n gwneud hynny, felly mae patrymau ysmygu wedi torri

✓ llai o bobl ifanc yn dechrau ysmygu

✓ llai o blant a phobl ifanc yn defnyddio e-sigarêts neu gynhyrchion nicotin eraill

✓ pob plentyn a pherson ifanc yn cael y cymorth cywir i beidio â dechrau ysmygu neu roi'r gorau i ysmygu

✓ plant a phobl ifanc sy'n rhan o gynllunio cymorth ar gyfer atal a helpu eraill roi'r gorau i smygu.



Thema 3:

Pawb yn cydweithio ...i wneud Cymru Ddi-fwg.

I gyrraedd ein nod i Gymru, mae'n rhaid i ni wedi gyda'n gilydd ar lefelau lleol a chenedlaethol.



Erbyn 2030 byddwch yn gweld:

✓ mwy o bolisiau a chynlluniau sy'n cefnogi Cymru i fod yn ddi-fwg

✓ pawb yn cydweithio ar wahanol lefelau o lywodraeth i gefnogi Cymru ddi-fwg

✓ gwasanaethau yn well am gefnogi pobl

✓ datrysiadau newydd sy'n helpu pobl i roi'r gorau i smygu

✓ mwy o bobl yn cael eu hamddiffyn rhag mwg ail-law niweidiol

✓ system rheoli tybaco sy'n gweithio i atal tybaco anghyfreithlon.

Y camau nesaf

I gefnogi'r strategaeth hon, byddwn yn cyhoeddi cyfres o gynlluniau cyflawni dwy flynedd. Bydd y cynllun cyntaf o 2022-2024.

Byddwn yn parhau i wirio fod popeth rydym ni'n ei wneud yn ein helpu i gyrraedd ein nodau ar gyfer Cymru ddi-fwg erbyn 2030.



Diolch am ddarllen hwn

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

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