ASH Cymru Cymru
2il Lawr | 14-18 City Road | Caerdydd
2il Lawr | 14-18 Heol y Ddinas |
Caerdydd CF24 3DL
Ffôn: 029 2089 8566
enquiries@ashwales.org.uk

www.ashwales.org.uk

Cofnodion y Grŵp Trawsbleidiol ar Ysmygu ac Iechyd

Tŷ Hywel, dydd Mawrth 5 Mawrth 2019 @ 12.30

Cadeirydd: John Griffiths AC

Siaradwyr: Suzanne Cass, Prif Weithredwr ASH Cymru
Zareen Iqbal, Swyddog Datblygu, ASH yr Alban

Yn bresennol:
Suzanne Cass, Prif Weithredwr, ASH Cymru
Dai Lloyd AC
John Griffiths AC
Adam Fletcher, Cyfarwyddwr, British Heart Foundation
Emma Henwood, Rheolwr Polisi a Materion Cyhoeddus, British Heart Foundation
Maura Matthews, Arweinydd Atal, Tenovus
Huw Cook, British Lung Foundation
Joseph Carter, Pennaeth y Cenhedloedd Datganoledig, British Lung Foundation
Judy Thomas, Cyfarwyddwr Gwasanaethau Contractwyr, Fferylliaeth Gymunedol Cymru
Ceri Morgan, Cyngor ar Bopeth
Cyng Timothy Thomas, Cymdeithas Landlordiaid Preswyl
Dave Edwards, Gofal Iechyd Edwards/Fferyllfa Gymunedol
Adam Edgerly, Juice 33 Vape Shop
Kevin Howell, Pennaeth Tai, Linc Cymru
Laura Wilson, Uwch Arbenigwr Hybu Iechyd, Iechyd Cyhoeddus Cymru
Kate Thompson, Prif Weithredwr CIEH Cymru
Sophia Dimitriadis, Swyddog Polisi ac Ymchwil, ASH Cymru

1. **<u>Croeso a chyflwyniadau</u>**

Croesawodd John Griffiths AC (JG) bawb i'r cyfarfod a gwnaed cyflwyniadau. Atgoffodd JG bawb o amcanion y Grŵp ac ail-bwysleisiodd her anghydraddoldebau a disgwyliad oes iach a phwysigrwydd cydnabod bod y cynnydd wedi arafu. Mae cyfarfod heddiw yn ymwneud â nodi rhai atebion i wella'r cynnydd.

Yna parhaodd JG â materion ffurfiol y grŵp a'i rôl fel Cadeirydd yn dilyn Julie Morgan AC yn rhoi'r gorau i'r rôl. Cafodd yr enwebiad ei eilio a'i gymeradwyo.

Cyflwynodd JG Suzanne Cass (SC), Prif Weithredwr ASH Cymru.

2. **Cyflwyniad gan Suzanne Cass, ASH Cymru**
   Ysmygu a Thlodi

Gwnaeth SC y pwyntiau allweddol canlynol yn ystod ei chyflwyniad:

- Mae ysmygu yn costio £70-80 yr wythnos ar gyfartaledd, £3,000 y flwyddyn
- Mae gennym 476,000 o ysmygwyr yng Nghymru o hyd a'r mwyafrif yn byw yn ein hardaloedd tlotaf
- Mae 43% o'r di-waith tymor hir yn ysmygu a 26% o weithwyr arferol a gweithwyr llaw
- Hoffai 64% o ysmygwyr roi'r gorau iddi
- Mae 44% yn gwneud ymgais i roi'r gorau iddi bob blwyddyn
- Mae 3% o ysmygwyr yn defnyddio gwasanaethau rhoi'r gorau i ysmygu'r GIG bob blwyddyn, sef 16,000
- Mae 7% o boblogaeth Cymru yn defnyddio e-sigarét, 180,000
- Mae 50% o ddefnyddwyr e-sigaréts wedi rhoi'r gorau iddi ac yn anweddu'n unig
- Mae gennym anghydraddoldebau mawr a pharhaus sydd prin wedi newid mewn degawd
- Mae 22% o bobl 16-24 oed yn ysmygu; mae'r genhedlaeth nesaf o ysmygwyr eisoes ar ei ffordd
- Yr Alban yw'r unig wlad sydd wedi lleihau anghydraddoldebau ysmygu yn llwyddiannus; mae nifer yr achosion o ysmygu hefyd yn gostwng yn gynt.

Mae hyn yn gofyn am weithredu ar y cyd gan ein bod yn cydnabod na all y GIG wneud popeth ar ei ben ei hun; mae angen ffyrdd clyfar a chost-effeithiol arnom i fynd i'r afael ag ysmygu mewn grwpiau sydd wedi'u hymyleiddio.
Yn ddiweddar cynhaliodd ASH Cymru ddigwyddiad WTHN (Rhwydwaith Tybaco ac Iechyd Cymru) o'r enw Pwy all fforddio ysmygu? Canolbwyntiodd y digwyddiad ar atebion i fynd i'r afael â baich ariannol ysmygu. Cymerodd mwy na 40 o sefydliadau ran a chyflwynwyd nifer o argymhellion yn galw am y canlynol:

- Datganiad sefyllfa unedig ar e-sigaréts
- Ystyried model hyfforddiant newid ymddygiad ar gyfer staff rheng flaen nad ydynt yn y GIG sy'n cynnwys rhoi'r gorau i ysmygu
- Ystyried rhaglen o gymhellion i gyflogwyr; mae angen i fentrau newid ymddygiad a lles gael eu hymgorffori mewn rhaglenni ariannu
- Gweithredu targedau ar gyfer ysmygwyr sydd wedi'u hymyleiddio.

Yna, cyflwynodd SC Zareen Iqbal (ZI) o ASH Scotland, Rheolwr Prosiect, Prosiect Ysmygu a Chynghori Ariannol (SMAP)

Rhannodd ZI fanylion prosiect peilot o'r enw 'Beth all gwasanaethau cynghori ariannol ei wneud? Rôl rhoi'r gorau i ysmygu mewn cyngor ariannol; rhoi manteision iechyd ac

economaidd at ei gilydd; hyfforddiant a chymorth ynghyd â gwerthuso.' Dyfeisiwyd y prosiect gyda'r syniad y dylai gwasanaethau cynghori ariannol fynd i'r afael â defnyddio tybaco gyda chleientiaid; Dylai gwasanaethau cynghori ariannol fynd i'r afael â thybaco pan fo'r amser a'r amgylchiadau'n iawn'.

Arweiniodd gwerthuso'r prosiect peilot at nifer o argymhellion:

1. Dylai gwasanaethau cynghori ariannol fynd i'r afael â defnyddio tybaco gyda chleientiaid
2. Dylai gwasanaethau cynghori ariannol fynd i'r afael â thybaco pan fo'r amser a'r amgylchiadau yn iawn i bob cleient
3. Dylid cael hyfforddiant penodol ar dybaco ar gyfer gwasanaethau cynghori ariannol
4. Adeiladu a chynnal cyswllt rheolaidd rhwng gwasanaethau rhoi'r gorau i ysmygu lleol a gwasanaethau cynghori ariannol yn y gymuned
5. Datblygu deunyddiau i helpu gwasanaethau cynghori ariannol i godi mater ysmygu yn fwy cyson gyda chleientiaid.
6. Ymgorffori cwestiynau ar ddefnyddio tybaco fel sbardun allweddol mewn Offer Ariannol Cyffredin (CFTs).

Yn dilyn y peilot, cynhyrchodd ASH Scotland amryw o ddeunyddiau adnoddau mewn pecyn sigaréts a gynlluniwyd ar gyfer sefydliadau cyngor ariannol i'w treialu gyda phosteri cysylltiedig.

Roedd adnoddau'n cael eu harddangos mewn ystafelloedd ymgynghori fel sbardun i'w gwneud yn haws i gynghorwyr gychwyn trafodaeth ar bwnc ysmygu gyda chleientiaid. Roedd yna hefyd nod i greu ymwybyddiaeth ymysg staff a chleientiaid o wasanaethau cymorth lleol na fyddai grwpiau bregus yn draddodiadol wedi bod yn ymwybodol ohonynt neu'n teimlo'n ddigon hyderus i ymgysylltu â hwy heb rywfaint o anogaeth flaenorol.

Pam dylai Cynghorwyr Cynghori Ariannol siarad am ysmygu?

- Mae pobl â phryderon ariannol yn fwy tebygol o ysmygu, er eu bod yr un mor debygol o ddweud eu bod am roi'r gorau iddi.
- Mae ysmygu yn mynd ag arian allan o gyllidebau sydd eisoes wedi'u hymestyn, gan danseilio gwydnwch ariannol.
- Mae 70% o ysmygwyr eisiau rhoi'r gorau iddi, ond mae'r rhai mewn grwpiau mwy difreintiedig yn llai tebygol o lwyddo oherwydd pwysau cynyddol.
- Gall gweithwyr Cynghori Ariannol helpu i ddarparu gwybodaeth a all leihau caledi ariannol a gwella iechyd.
- Gall gweithwyr Cynghori Ariannol ddefnyddio'r cyfle o gyfweliadau datganiad ariannol i nodi faint sy'n cael ei wario ar sigaréts.
- Gall y cyfle o Offer Ariannol Cyffredin weithredu fel ysgogiad wrth gynnwys cwestiwn ar gostau ysmygu.

Rhwystrau i Ymgysylltu

- Mae angen i staff feithrin perthynas

- Mae ysmygu yn fater sy'n ymwneud ag iechyd; does gan hynny ddim byd i'w wneud â nhw
- Mae staff yn ofni pe baent yn cychwyn sgyrsiau ynghylch ysmygu a bod cleientiaid yn mynegi diddordeb pellach mewn rhoi'r gorau iddi, na fyddent yn gallu darparu arbenigedd yn y maes a chefnogi unigolion i gael mynediad at SSS.
- Roedd staff y sefydliad yn teimlo eu bod wedi'u cyfyngu gan amser a gweithdrefnau presennol, a oedd yn eu hatal rhag mynd i'r afael â materion yn ymwenud â thybaco yn gyson fel rhan o'r asesiad cleientiaid arferol ar iechyd ariannol.
- Mae trosiant uchel o ran staff mewn llawer o leoliadau cynghori ariannol yn golygu bod y rheini sydd wedi'u hyfforddi i gynnig cyngor byr ar faterion yn ymwneud â thybaco a chyfeirio at wasanaethau i'w helpu i roi'r gorau i ysmygu, naill ai wedi gadael neu wedi symud ymlaen i swyddi eraill.

Argymhellion

- Hyfforddiant cynhwysiant ariannol i gynnwys materion yn ymwneud ag ymwybyddiaeth o dybaco a'r effaith ar dlodi.
- Creu modiwl E-ddysgu ar ysmygu a chynghori ariannol ar gyfer staff Cyngor fel dewis amgen i hyfforddiant SSS.
- Canllawiau a sicrwydd digonol i staff am natur gyfyngedig yr ymyriad.
- Parhau i ddarparu adnoddau i helpu staff cynghori ariannol i gychwyn trafodaeth ar dybaco yn gyson a chyfeirio pobl at gymorth am ddim.
- Creu partneriaethau pellach rhwng y gwasanaethau cynghori ariannol a'r SSS i helpu i gyfeirio pobl.
- Sicrhau bod gwasanaethau rhoi'r gorau i ysmygu ar gael o bryd i'w gilydd o leoliad cynghori ariannol sy'n cynnig cymorth i gymunedau difreintiedig. Darparu llenyddiaeth ar roi'r gorau i ysmygu.
- Gallai strategaethau llywodraeth leol ei gwneud yn hanfodol i wasanaethau cynghori ariannol gynnwys cyngor ar dybaco fel rhan o'r cymorth y maent yn ei gynnig.
- Sefydliadau cynghori ariannol ymbarél cenedlaethol yn ymgorffori materion yn ymwneud â thybaco mewn hyfforddiant cynefino statudol i staff newydd.

Yna gadawodd JG y cyfarfod a'i drosglwyddo i SC:

1. **<u>Cyfle agored i drafod materion:</u>**

<u>Sut ydym ni'n gwthio hyn ymlaen? Beth yw'r broses ar gyfer gweithredu'r syniadau hyn? Pwy sy'n gyfrifol am ddarparu'r atebion hyn, e.e. y model hyfforddi?</u>

Codwyd y pwyntiau a chafwyd y trafodaethau canlynol yn ystod y sesiwn agored:

Soniodd Kevin Howell (KH), Pennaeth Tai, Linc Cymru, am y prosiect cynhwysiant ariannol. Defnyddiodd 110 o bobl y gwasanaeth ond beth yw'r data ynghylch cyfraddau rhoi'r gorau iddi? Mae gan Gymdeithasau Tai yn arbennig ddiddordeb mewn cefnogi lles eu tenantiaid ond er mwyn symud ymlaen gyda rhywbeth fel hyn, mae angen tystiolaeth gadarn. Ymatebodd ZI fod hon yn astudiaeth ansoddol, ond gan fod y gwaith peilot hwn yn cael ei wneud ar lefel fferyllfa, bydd hynny'n rhoi rhywfaint o ddata o ansawdd da iddynt y byddant yn eu coladu a'u dosbarthu.

Dywedodd KH fod angen tystiolaeth gadarn arnom er mwyn argyhoeddi sefydliadau bod hyn yn gweithio.

Dywedodd Laura Wilson (LW) o Iechyd Cyhoeddus Cymru efallai ei fod yn rhywbeth y gellid ei gynnwys yn y sgyrsiau 'momentau y gellid eu haddysgu'.

Ychwanegodd KH fod gan landlordiaid cymdeithasol nifer o weithwyr proffesiynol sydd â chysylltiadau â thenantiaid, fel gweithwyr atgyweirio a chynnal a chadw ac iechyd a lles a byddent mewn sefyllfa ddelfrydol i gael rhai o'r sgyrsiau hyn gyda thenantiaid. Yn y pen draw mae landlordiaid yn ceisio sicrhau eu hincwm rhent yn ogystal â chefnogi iechyd a lles pobl, felly maent yn gefnogol o unrhyw fentrau sy'n eu helpu i wneud hynny. Mae 158,000 o denantiaid mewn tai cymdeithasol ac felly mae cryn gyfle yno i ddod o hyd i fodel sy'n gweithio. Mae adroddiad Joseph Rowntree ar dlodi yn dweud wrthym mai'r unig ffordd o effeithio ar dlodi yr unigolyn yw bod eu treuliau'n mynd i lawr a bod eu hincwm yn cynyddu. Drwy roi'r gorau i ysmygu gellid cyflawni hyn.

1. **<u>Cyfle agored i drafod materion</u>**
   <u>Sut ydym ni'n dod â hyn i sylw llunwyr polisi? Sut allwn ni ei wneud yn rhan o'r agenda bolisi yng Nghymru?</u>

1. Trafodaeth: Beth allwn ni ei wneud i ddod â"r datrysiadau cymunedol hyn i sylw llunwyr polisi, a manteisio ar yr arian trawsnewid sy'n cyflawni'r agenda *Cymru Iachach*?

Dywedodd TT o Gymdeithas y Landlordiaid Preswyl fod Rentsmart Wales a landlordiaid preifat eisoes yn cynhyrchu canllawiau i denantiaid ac y gallai fod yn ddefnyddiol ymgorffori rhoi'r gorau i ysmygu i mewn i hynny; i sicrhau bod y wybodaeth ar gael yn ehangach.

Cafwyd trafodaeth gyffredinol ynglŷn â'r hyn sydd angen digwydd nesaf. Nid yw e-sigaréts yn cael eu hyrwyddo ar hyn o bryd gan Iechyd Cyhoeddus Cymru. Mae llawer mwy o bobl yn chwilio am gymorth fferyllol. Dywedodd DE, fferyllydd yn Sir Benfro, fod nifer sylweddol o bobl eisiau rhoi cynnig ar e-sigarét. Mae llawer o siopau anweddu yn annibynnol a gallant gynnig cyngor da. Nid yw Iechyd Cyhoeddus Cymru yn eu hargymell ar hyn o bryd fel ffordd o roi'r gorau i ysmygu.

Mae tystiolaeth gref bellach yn bodoli mai e-sigaréts ynghyd â chefnogaeth ymddygiadol yw'r ffordd orau o roi'r gorau iddi. Mae tystiolaeth hirdymor ar gael yn awr, ond mae ychydig o unigolion yn dal i arwain yr ymgyrch ac nid yn eiriol dros eu defnyddio. Dywedodd SC mai Help Me Quit yw safon aur y gwasanaethau rhoi'r gorau iddi ond yn y pen draw dim ond 3% sy'n rhoi'r gorau iddi yn y ffordd honno. Mae angen dull cyfunol os ydym am gael mwy o bobl i roi'r gorau iddi. Soniodd AE o Juice 33 Vape Shop am y rheolau caeth ynghylch hysbysebu e-sigaréts ac anweddu. Ymatebodd SC ei bod yn bwysig bod gennym reoliad llym oherwydd bod angen i ni fod yn ystyriol o hyrwyddo hyn ymhlith pobl ifanc. Mae angen rheoleiddio a hyrwyddo'r cynnyrch yn dynn er mwyn adlewyrchu'n glir ei ddefnydd fel offeryn rhoi'r gorau i ysmygu.

Dywedodd JC o BLF y byddai ei sefydliad yn argymell e-sigaréts fel modd o roi'r gorau i ismygu ond os oes gennych gyflwr ar yr ysgyfaint yna byddent yn argymell cynhyrchion eraill. Nid yw bob amser yn syml.

2. Trafodaeth: Pa rôl sydd gan y Cynulliad i'w chwarae wrth helpu i ddatrys yr atebion hyn mewn polisi?
    - Beth allwn ni ei wneud fel grŵp i'w helpu i'w gyflawni?

Cafwyd trafodaeth i nodi'r hyn y mae cyllidwyr ei eisiau. Dywedodd Cyngor ar Bopeth Cymru fod diffyg amser ac adnoddau i siarad â chleientiaid am ysmygu. Mae gan lawer broblemau iechyd meddwl ac maent mewn argyfwng yn aml. Pan fydd cleientiaid yn dod drwy'r drws, mae gan weithwyr amser cyfyngedig ac mae'n rhaid iddynt ganolbwyntio ar beth bynnag yw'r brif flaenoriaeth. Mae llawer o gwestiynau y mae angen i weithwyr fynd drwyddynt drwy ddefnyddio'r Offer Ariannol Cyffredin ac oni bai ei fod yn berthnasol i'r hyn sydd ei angen ar y teulu hwnnw ar y pryd, mae ysmygu yn annhebygol o fod yn rhan o'r sgwrs. Nodwyd hefyd eu bod eisoes yn gorfod bodloni llawer o feini prawf er mwyn bodloni cyllidwyr, felly mae eisoes yn amgylchedd prysur. Mae angen rhoi mwy o ystyriaeth i bolisïau sefydliadol a sut y gellid ymgorffori ysmygu yn eu gwaith.

Cynigiodd SC y syniad o grant iechyd a lles. Mae angen i gyflogwyr fod yn rhan o'r sgwrs ac mae ganddynt ddiddordeb yn iechyd eu cyflogwyr. Rydym wedi cynnig i Ken Skates AC y potensial ar gyfer cynllun hyfforddi i helpu cyflogwyr i gyfeirio gweithwyr sy'n ysmygu i gymorth cyfagos. Byddai hyn yn cysylltu â'r Contract Economaidd ar gyfer Busnes. Mae hyn yn sicr yn werth ei ddilyn.

Awgrymodd KH fod y Loteri Fawr yn cefnogi prosiectau sy'n dangos arloesedd a gallai hyn fod yn rhywbeth i'w archwilio ymhellach.

Cafwyd trafodaeth ynghylch ehangu model hyfforddiant MECC i sefydliadau eraill. Mae potensial i archwilio sut y gellid addasu'r model fel bod y rhwyd yn cael ei lledaenu hyd yn oed yn ehangach nag ydyw nawr.

Roedd cytundeb bod gwasanaethau cymunedol yn cynnig mwy o botensial i gefnogi ysmygwyr. Mae angen y wybodaeth ddiweddaraf fel bod pobl yn gwybod ble i gael gafael ar ystod o fentrau yn eu cymuned. Mae gwefan DEWIS yn addas ar gyfer hyn ond mae'n dibynnu ar bobl yn diweddaru'r wefan yn rheolaidd.

Crynhodd SC y cyfarfod drwy ddweud y byddwn yn adeiladu ar yr astudiaeth beilot y mae ASH Scotland wedi'i thrafod eto. Mae angen gwneud mwy o waith ar ymarferoldeb symud y fenter hon yn ei blaen ac mae'n rhywbeth y byddwn yn siarad amdano eto.