P 01

Ymchwiliad i'r Adolygiad Blaenoriaethau ar gyfer y Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Chwaraeon

Inquiry into the Priorities for the Health, Social Care and Sport Committee

Ymateb gan: Alcohol Concern Cymru

Response from: Alcohol Concern Cymru

Diolch am y cyfle i gyfrannu i'r broses hon. O'r pynciau sydd eisoes wedi'u hawgrymu, mae tri rydym yn eu gweld yn arbennig o briodol. Rwyf wedi rhoi ein sylwadau arnynt isod, yn nhrefn blaenoriaeth y pynciau hyn i ni.

Dibyniaeth ar hapchwarae

Mae rhestr y Pwyllgor o bynciau posibl yn cyfeirio at ein hadroddiad "Mentro a cholli?" ("A losing bet?") ar y gorgyffwrdd rhwng meysydd alcohol a hapchwarae. Er mai alcohol yw ein prif ddiddordeb ni fel elusen, rydym yn cydnabod bod problemau alcohol yn aml yn cyd-fynd gyda ffurfiau eraill ar ddibynniaeth. Mae llawer o bobl sy'n gamblo'n niweidiol hefyd yn camddefnyddio alcohol, ac mae nifer o bobl sy'n ddibynnol ar alcohol hefyd yn troi at hapchwarae fel dihangfa weithiau. Ers cyhoeddi "Mentro a cholli?" buom ni'n gweithio gyda Phrifysgol Roehampaton a Phrifysgol De Cymru er mwyn deall yn well yn berthynas rhwng yfed a gamblo, yn enwedig yng nghyd-destun gamblo ar-lein (sef y maes lle mae'r diwydiant hapchwarae yn tyfu'n fwyaf cyflym). Yn sgil y cydweithio hwn, mae gennym gryn dipyn o dystiolaeth ddefnyddiol y gallwn ni ei chyflwyno i'r Pwyllgor.

I gloi, hoffwn ddweud ein bod ni, a nifer o bobl eraill sy'n gweithio yn y maes, yn credu ei bod yn hen bryd i ni drafod hapchwarae fel mater iechyd cyhoeddus, yn hytrach na fel mater rheoleiddio yn unig. Byddai ymchwiliad gan Bwyllgor Iechyd y Cynulliad i ddibynniaeth ar hapchwarae yn dangos bod y syniad yna yn cael ei dderbyn yng Nghymru.

Unigrwydd ac unigedd ymhlith pobl hŷn

Mae gennym ar hyn o bryd brosiect datblygu cymunedol yn sir Benfro, sy'n anelu at leihau problemau ag alcohol trwy gryfhau cysylltiadau cymdeithasol. Yn ddiddorol, pan ddechreuodd y prosiect yn 2014 gofynasom i bobl leol pa faterion oedd yn flaenoriaeth iddynt o ran alcohol. Roedd consensws cryf bod unigedd ymhlith pobl hŷn yn cyfrannu yn fawr at gamddefnyddio alcohol ymhlith y to hŷn. Yn sgil hynny, mae nifer o weithgareddau ein prosiect wedi canolbwyntio ar ddod â phobl ifanc a phobl hŷn ynghyd i gymdeithasu a rhannu profiadau; yn hytrach nag ymdrin ag alcohol fel pwnc yn uniongyrchol. Yn y bôn, rydym yn ymdrin ag achosion gwaelodol iechyd gwael yn lle ei symptomau. Rydym yn credu bod gennym yma fodel da ar gyfer hybu iechyd pobl hŷn, a byddem ni'n fodlon iawn cyflwyno tystiolaeth i'r Pwyllgor ar hynny.

Chwaraeon ac iechyd y cyhoedd

Rydym yn cytuno bod cymryd rhan mewn chwaraon (yn enwedig trwy glybiau cymunedol lleol) yn llesol iawn i iechyd corfforol a meddyliol pobl, a hefyd yn helpu cryfhau rhwymau cymdeithasol. Buom ni'n ymgynghori â llawer iawn o'r fath glybiau, ac un peth a welsom yw bod ganddynt yn aml rôl baradocsaidd. Ar y naill law, mae clybiau chwaraeon yn ganolfannau i hybu ffitrwydd a rhagoriaeth ar y cae chwarae. Ar y llall, maent yn aml hefyd yn llefydd i ddiota'n drwm a lle mae alcohol fel pe bai'n rhan o'r diwylliant. Mewn arolwg a gynhaliasom ni, dywedodd llefarwyr 90% o glybiau eu bod yn meddwl ei bod yn bwysig i'r clwb werthu alcohol yn gyfrifol; ond dywedodd 66% fod aelodau'r clwb yn goryfed yn aml.

Yn ogystal ag effeithiau negyddol goryfed ar iechyd, ac ar berfformiad y tîm, os yw pobl yn gwybod bod clwb yn nodedig am yfed yn drwm, efallai y byddant yn cadw draw. Yn fwy penodol, nid yw'r fath glybiau'n debygol o fod yn ddeniadol i deuluoedd gyda phlant (sef dyfodol y clwb) nac i bobl o gymunedau ethnig lle nad yw alcohol yn normal neu dderbyniol. Mae'n bosibl hefyd nad yw 'machismo' y diwylliant diota trwm yn ddeniadol i ferched chwaith. Rydym ni yn credu, felly, er mwyn in glybiau chwaraeon fod yn ganolfannau ar gyfer hybu Iechyd a hybu ysbrydol cymunedol

dda, bod rhaid iddynt sicrhau bod alcohol yn cael ei werthu a'i yfed yn gall yn y clwb. Mae gennym nifer o enghreifftiau o ffyrdd i wneud hynny, y gallem eu cyflwyno i'r Pwyllgor.

Andrew Misell
Cyfarwyddwr / Director
Alcohol Concern Cymru