

Y Pwyllgor Iechyd a Gofal Cymdeithasol

Ymchwiliad i sylweddau seicoweithredol newydd (“cyffuriau penfeddwol cyfreithlon”)

Nodyn ar drafodaethau'r grwpiau ffocws, 2 Hydref 2014

1. Estynnodd y Pwyllgor Iechyd a Gofal Cymdeithasol wahoddiad i gynrychiolwyr o elusennau, llywodraeth leol, yr heddlu, timau camddefnyddio sylweddau a gweithwyr proffesiynol iechyd i gymryd rhan mewn trafodaethau mewn grwpiau ffocws ar 2 Hydref. Diben y trafod yn y grwpiau ffocws oedd dysgu rhagor am y canlynol:
 - lefel yr ymwybyddiaeth o sylweddau seicoweithredol newydd (NPSs) a'u risgiau ymhlith defnyddwyr, gwasanaethau'r rheng flaen, a'r cyhoedd yn gyffredinol;
 - gallu'r gwasanaethau cyhoeddus a gwirfoddol i ymdopi â defnydd y sylweddau hyn;
 - lefel yr wybodaeth sydd ar gael o ran pa mor gyffredin yw'r sylweddau hyn a beth yw eu heffaith;
 - yr ysgogiadau sydd efallai ar gael yng Nghymru, neu yng nghydestun ehangach y Deyrnas Unedig, i fynd i'r afael â chynhyrchu, gwerthu a defnyddio'r sylweddau hyn;
 - unrhyw arferion da wrth fynd i'r afael â defnydd y sylweddau hyn sy'n bodoli yng Nghymru neu y tu allan.
2. Er mwyn casglu profiadau o bob rhan o Gymru, ymrannodd y Pwyllgor yn ddau grŵp. Aeth y naill i Ferthyr Tudful a'r llall i Wrecsam. Yr Aelodau¹ fu'n hwyluso'r grwpiau ffocws unigol yn y ddau le, gan ofyn barn y cyfranogwyr am nifer o themâu, yn ogystal ag am unrhyw bwyntiau eraill yr oeddent am eu codi. Cafodd canlyniadau'r trafod eu casglu yn ystod sesiwn llawn. Ar y trafodaethau llawn yn bennaf y mae'r nodyn hwn yn canolbwyntio, ond mae'n cynnwys hefyd rai materion a godwyd yn y grwpiau unigol. Cafodd llawer o'r themâu hyn eu codi hefyd yn ystod cyfres o ymweliadau anffurfiol a gynhaliodd yr Aelodau

¹ Yr Aelodau a fu'n bresennol: Gogledd – Janet Finch-Saunders, Darren Millar a David Rees; De – John Griffiths, Lynne Neagle, Gwyn Price, Lindsay Whittle a Kirsty Williams.

ar 2 Hydref 2014. Mae nodyn ar yr ymweliadau anffurfiol ar gael ar [dudalen we yr ymchwiliad](#).

3. Roedd yn glir ar sail y trafod yn y Gogledd a'r De fod cynnydd wedi bod o ran defnyddio NPSs yng Nghymru yn y blynyddoedd diwethaf. Er hynny, nodwyd nad oes gan ddarparwyr gwasanaethau ddata dibynadwy ynghylch defnyddio NPSs ar hyn o bryd. Awgrymodd y trafod nad yw ymwybyddiaeth y cyhoedd, y gwasanaethau sy'n cael eu darparu, na'r trefniadau deddfwriaeth wedi datblygu yr un mor gyflym â'r cynnydd yn y defnydd, ac mai gwael yw'r wybodaeth am effaith NPSs ar hyn o bryd ac yn y dyfodol. Er bod pocedi o ymarfer da i'w cael o ran addysgu pobl am NPSs a helpu'r rhai y maent yn effeithio arnynt, cafwyd consensws yn gyffredinol bod gwaith sylweddol eto i'w wneud er mwyn deall y broblem gynyddol hon a mynd i'r afael â hi.
4. Mae'r Pwyllgor am gofnodi ei ddiolch i'r rhai a gymerodd amser i siarad â'r Aelodau Cynulliad ym Merthyr Tudful a Wrecsam.

Thema 1: Ymwybyddiaeth o sylweddau seicoweithredol newydd (NPSs)

Ymwybyddiaeth o'r risgiau a'r arwyddion rhybuddio sy'n gysylltiedig ag NPSs

5. Y consensws yn y grwpiau yn y De a'r Gogledd oedd mai isel iawn oedd yr ymwybyddiaeth o NPSs a'u risgiau. Nodwyd bod yr ymwybyddiaeth yn annigonol nid yn unig ymysg defnyddwyr, ond hefyd ymysg aelodau eu teuluoedd a'r cyhoedd yn ehangach, yn ogystal ag ymysg staff y gwasanaethau cyhoeddus perthnasol. Pwysleisiwyd y canlynol:
 - anaml y bydd pobl yn gwybod beth sydd mewn NPSs, a does dim dealltwriaeth dda o'r effeithiau yn y fan a'r lle nac yn y tymor hir;
 - nid yw'r defnyddwyr bob amser yn ymwybodol y gall NPSs fod yn gryfach ac yn fwy peryglus na chyffuriau anghyfreithlon;
 - nid yw athrawon, gweithwyr proffesiynol iechyd a gofal cymdeithasol, na'r rhai sy'n gweithio yn y system cyfiawnder troseddol bob amser wedi'u hyfforddi neu wedi'u paratoi i sylweddoli bod NPSs wedi'u defnyddio, nac i wybod beth i'w wneud os byddant yn amau bod NPSs wedi'u defnyddio;
 - mae yna gamargraff mai mater sy'n effeithio ar bobl ifanc yn unig yw hwn; ac

- mae hyd yn oed gweithwyr profiadol ym maes camddefnyddio sylweddau yn teimlo eu bod heb sgiliau a hynny am fod NPSs yn gymharol newydd a heb gael eu deall yn dda.
- 6. Cyfeiriodd nifer o gyfranogwyr at brosiect Cyffuriau Newydd ac Adnabod Sylweddau Newydd Cymru (WEDINOS) fel prosiect gwerthfawr o ran darparu gwybodaeth am gynnwys NPSs. Pwysleisiwyd mor bwysig yw casglu gwybodaeth am y sylweddau sy'n cylchredeg ar y strydoedd. Er hynny, nododd rhai cyfranogwyr fod yna dystiolaeth i awgrymu bod cyflenwyr NPSs yn defnyddio gwasanaeth WEDINOS i brofi eu sylweddau er mwyn dilysu nad ydynt yn cynnwys olion sylweddau anghyfreithlon.
- 7. Cyfeiriodd cyfranogwyr yng ngrŵp y Gogledd at offeryn ar-lein arall, cronfa ddata TICTAC, at adnabod cyffuriau solet yn weledol. Nid yw'r gronfa ddata hon ar gael i'r cyhoedd, ond mae'n cael ei defnyddio gan asiantaethau cyfraith a threfn, y gwasanaeth iechyd, gwasanaethau cymdeithasol a'r gwasanaeth addysg, a chan y diwydiannau fferylliaeth a bwyd. Gofynnodd rhai cyfranogwyr a oedd yna ddyblygu rhwng elfennau yng ngwaith WEDINOS a gwaith TICTAC.

Codi ymwybyddiaeth

- 8. Pwysleisiodd nifer o gyfranogwyr mor bwysig oedd addysg briodol ar oedran cynnar er mwyn codi ymwybyddiaeth o'r risgiau ynglŷn ag NPSs. Gan gyfeirio at ganlyniadau arolwg a gomisiynwyd gan y Pwyllgor Iechyd a Gofal Cymdeithasol, a nododd fod 21% o bobl wedi dysgu am NPSs drwy'r ysgol, awgrymwyd bod angen gwaith sylweddol i sicrhau bod yr addysgwyr eu hunain yn cael hyfforddiant priodol. Nododd y cyfranogwyr fod angen i'r hyfforddiant hwnnw adlewyrchu'r newidiadau yn y tirlun o ran cyflenwi a defnyddio cyffuriau sydd erbyn hyn yn cynnwys NPSs yn ogystal â'r sylweddau anghyfreithlon, dosbarthol, mwy traddodiadol. Awgrymwyd hefyd y dylai cynddefnyddwyr gael eu cynnwys wrth ddylunio a rhoi'r hyfforddiant hwn.
- 9. I lawer o ddefnyddwyr, darparwyr gwasanaethau a'r cyhoedd yn gyffredinol, cydnabuwyd ei bod yn rhy hwyr defnyddio cyfleoedd yn yr ysgol i godi ymwybyddiaeth o risgiau NPSs. O ganlyniad, awgrymwyd y dylai gwaith gael ei wneud gyda'r cyfryngau - y dywedodd 57% o'r

ymatebwyr i arolwg y Pwyllgor eu bod wedi dysgu am NPSs drwyddynt – i wella amlygrwydd ac ansawdd yr wybodaeth gyhoeddus am y sylweddau hyn. Pwysleisiodd y cyfranogwyr rôl bosibl hyfforddiant gan gymheiriaid i'w cymheiriaid. Teimlid bod angen i adnoddau ar gyfer unrhyw ymgyrch codi ymwybyddiaeth a fyddai'n targedu pobl ifanc gael eu datblygu mewn partneriaeth â nhw, a'u llunio yn eu hiaith nhw a hynny mewn amryw o gyfryngau.

10. Pwysleisiodd y rhai a oedd yn gweithio yng ngwasanaethau'r rheng flaen fod angen cynnwys hyfforddiant ar NPSs fel rhan o'u datblygu proffesiynol.
11. Un thema glir ynglŷn â chodi ymwybyddiaeth oedd bod angen sicrhau bod gwybodaeth am NPSs yn cael ei theilwra at y gynulleidfa berthnasol a'i bod yn amserol, yn berthnasol ac yn briodol i'r sector – neu'r oed. Dadleuai rhai o'r cyfranogwyr fod diffyg cydlynedd yn y negeseuon a oedd yn cael eu lledaenu ynghylch NPSs, gan awgrymu bod yna le i Llywodraeth Cymru arwain ynglŷn â datblygu pecyn o wybodaeth awdurdodol a chyson. Awgrymwyd y byddai gwybodaeth wedi'i chomisiynu gan y Llywodraeth yn rhoi dilysrwydd i'r cynnwys a fyddai'n cael ei barchu gan ymarferwyr yn gweithio yn y maes.

Terminoleg

12. Un thema gref a ddaeth allan o'r trafod yn y ddau grŵp ffocws oedd pwysigrwydd defnyddio terminoleg gyfrifol i godi ymwybyddiaeth o gynnwys ac effeithiau posibl NPSs. Nododd cyfranogwyr fod y term “cic gyfreithlon” – yn enwedig defnyddio'r gair “cyfreithlon” – yn niweidiol am ei fod yn awgrymu bod y sylweddau hyn yn ddiogel i'w defnyddio. Awgrymodd nifer o gyfranogwyr y dylid osgoi'r term “cic gyfreithlon”, yn enwedig gan weithwyr proffesiynol perthnasol, i helpu i datrys rhai o'r camagraffiadau sydd gan bobl ynghylch diogelwch NPSs. Teimlid bod angen inni chwalu'r myth eu bod yn siŵr o fod yn fwy diogel ac yn llai o risg am eu bod yn gyfreithlon.
13. Nodwyd nad yw llawer o'r rhai sy'n defnyddio NPSs yn adnabod termau fel “sylweddau seicoweithredol newydd” neu “gic gyfreithlon”, gan eu bod yn defnyddio enwau'r stryd ar y sylweddau y maent yn eu

defnyddio. O ganlyniad, pan fydd staff y rheng flaen yn ceisio cael gwybod a yw rhywun wedi defnyddio NPSs, awgrymwyd y dylai cwestiynau mwy agored gael eu gofyn, megis “ydych chi wedi cymryd unrhyw bowdwr, tabledi ac ati?”.

Thema 2: Argaeledd, capasiti ac ansawdd gwasanaethau

Argaeledd a chapasiti gwasanaethau

14. Nodwyd bod y ffaith bod NPSs ar gael yn rhwydd ar y rhyngwrdd yn golygu bod cyflenwad ar gael ym mhobman bron a'i fod yn gallu effeithio ar ardaloedd gwledig a threfol fel ei gilydd. Dywedodd cyfranogwyr mai amrywiol oedd y ddarpariaeth gwasanaethau i ymdrin â defnydd NPSs oedd yn ymddangos fel pe bai'n digwydd yn eang ledled Cymru, a bod y capasiti mewn ardaloedd gwledig yn tueddu i fod yn ddiffygiol. Un enghraifft o'r ymdrechion sydd wedi'u gwneud i ddatrys hyn oedd defnyddio rhaglenni estyn allan, fel y bws estyn allan sydd ar waith gan yr elusen Drugaid.
15. Tynnwyd sylw at effeithiau'r cynnydd yn defnydd NPSs ar wasanaethau, yn enwedig felly o ran y cynnydd yn y galw am gymorth iechyd meddwl, gwasanaethau gorfodi'r gyfraith a gwasanaethau asiantaethau sy'n ymwneud ag ymladd yn erbyn ecsbloetio menywod. Pwysleisiwyd mor bwysig oedd ad-drefnu gwasanaethau cyhoeddus a gwirfoddol fel eu bod yn gallu ymdrin ag effaith defnydd NPSs (o'u cyferbynnu â sylweddau anghyfreithlon).
16. Nodwyd y diffyg ymwybyddiaeth ynghylch effaith NPSs ar gapasiti ac ansawdd y gwasanaethau sydd ar gael, a'r diffyg hyfforddiant ynglŷn â'r effaith honno. Awgrymwyd bod hyn ar ei fwyaf amlwg yng ngwasanaethau'r rheng flaen megis yr heddluoedd ac adrannau damweiniau a brys, sydd ill dau yn ei chael yn anodd adnabod defnyddwyr NPSs ac, o'r herwydd, yn ei chael yn anodd eu cyfeirio at wasanaethau perthnasol.
17. Soniodd un o'r grwpiau ffocws yn y sesiwn ym Merthyr Tudful fod y sylw fel pe bai'n cael ei roi ar fathau penodol o gamddefnyddio sylweddau fel alcohol, sy'n mynd ag adnoddau i ffwrdd o ddelio â mathau eraill o

gamddefnyddio sylweddau fel NPSs. Teimlai'r grŵp na ddylai NPSs gael eu hystyried ar eu pen eu hunain, a bod yna lawer iawn o bendilio rhwng camddefnyddio sylweddau cyfreithlon ac anghyfreithlon ymhlith defnyddwyr NPSs.

18. Enwyd gweithgareddau difyrru² fel rhan bwysig o'r cymorth cychwynnol. Er bod y cymorth cychwynnol yn defnyddio llawer o adnoddau, awgrymwyd y gall fod yn effeithiol; serch hynny, mae yna fwy o broblem wrth geisio sicrhau'r mathau hyn o wasanaethau yng nghefn gwlad.
19. Nodwyd bod rhai effeithiau canlyniadol yn sgil defnyddio NPSs, er enghraifft ymddygiad gwrthgymdeithasol a throeddau, yn gallu arwain at fwy o risg o ddirgaredd. Gall hynny arwain at bwysau ar wasanaethau cyhoeddus eraill.

Ansawdd gwasanaethau a chydlynu gwasanaethau

20. Un o'r problemau a nododd y grwpiau ffocws yw nad yw gwasanaethau bob amser yn cydweithio i ymateb i effaith NPSs, ac nad yw eu horiau agor yn ddigon hyblyg i ymateb i ddiwylliant o gamddefnyddio sylweddau 24/7. Nodwyd bod angen gwell cydlynu ar wasanaethau a chydweithio er mwyn gwella ansawdd ac effeithiolrwydd wrth gyflawni gwasanaethau. Pwysleisiwyd bod yna bocedi o ymarfer da, a bod y broses o rannu gwybodaeth ar draws asiantaethau'n gwella (e.e. rhwng rhai heddluoedd ac elusennau), ond roedd rhai cyfranogwyr yn credu bod y gwasanaethau cyhoeddus weithiau'n anfodlon cydweithio a/neu yn ei chael yn rhy anodd cydweithio. Nodwyd bod angen i lwybr gofal defnyddwyr NPSs fod yn gliriach.
21. Pwysleisiodd nifer o gyfranogwyr fod y diffyg tystiolaeth a'r diffyg data cadarn ar ddefnyddio NPSs yn creu effaith uniongyrchol ar ddatblygu gwasanaethau effeithlon o safon, ac ar allu'r gwasanaethau i gynllunio ymateb cydlynol. Ystyrir gwaith i gasglu a defnyddio data yn fanylach yn yr adran nesaf.

² Mae gweithgareddau difyrru'n cael eu trefnu i dynnu sylw defnyddwyr neu ddarparu ddefnyddwyr NPSs ar yr adegau y maent yn fwyaf tebyg o droi at NPSs ac er mwyn rhoi rhywbeth arall i'w hysgogi.

Thema 3: Casglu a defnyddio data am dueddiadau defnyddio cyffuriau

22. Pwysleisiodd cyfranogwyr yn y Gogledd a'r De fod yna ddiffyg dybryd o ran gwybodaeth am raddfa ac effaith defnydd NPSs. Nodwyd mai ychydig iawn sy'n hysbys am broffil y rhai sy'n defnyddio NPSs (e.e. oed, lleoliad, rhyw, statws economaidd) sy'n golygu eu bod yn grŵp anodd iawn eu cyrraedd.
23. Esboniodd darparwyr gwasanaethau fod y diffyg gwybodaeth a thystiolaeth am NPSs wrth iddynt ddod i'r amlwg ac am eu heffaith ar dueddiadau cyffuriau mwy sefydledig yn golygu eu bod nhw, ar y gorau, yn seilio'u dulliau ar wybodaeth storiol a phrofiad uniongyrchol. Pwysleisiwyd mor bwysig oedd cael data, ymchwil a dadansoddiad cadarn i fwydo datblygiadau mewn gwasanaethau.
24. Er eu bod wedi gweld gostyngiad yn nifer y rhai sy'n cael eu cyfeirio am eu bod yn defnyddio opiadau, dywedodd y gweithwyr camddefnyddio sylweddau a oedd yn cymryd rhan yn y drafodaeth yn y Gogledd fod cynnydd yn nifer y cyfeiriadau yn sgil NPSs yn prysur llenwi'r bwlch. Er hynny, nododd y gweithwyr hyn nad oedd ganddynt wybodaeth a allai helpu i esbonio'r duedd, darogan oes y duedd, a bwydo'r ddarpariaeth gwasanaethau at y dyfodol.
25. Tanlinellodd cyfranogwyr fod angen data a thystiolaeth gadarn er mwyn bwydo arferion da a rhoi hwb i'w rhannu ar draws gwasanaethau ac ardaloedd. Awgrymodd un o'r grwpiau a gymerodd ran yn y trafod yn y De fod rhai sefydliadau'n gyndyn o dynnu sylw at broblemau yn eu hardal; nodwyd bod hyn yn cyfyngu ar y gallu i rannu gwybodaeth a chyngor rhwng gwasanaethau. Ar ben hynny, nodwyd ei bod yn anos rhannu gwybodaeth a'r arferion gorau oherwydd cyfyngiadau diogelu data.
26. Awgrymodd cyfranogwyr yn y Gogledd fod angen gwella gallu Cronfa Ddata Genedlaethol Cymru ar Gamddefnyddio Sylweddau (WNDSM) i gasglu data ynglŷn ag anghenion ym maes NPSs. Nodwyd hefyd fod angen sicrhau bod WNDSM yn fwy addas i'r defnyddwyr.

27. Cynigiodd cyfranogwyr yn y De y gallai rhwydweithiau gwybodaeth lleol sydd eisoes yn bodoli ledled Cymru, gan gynnwys unigolion o amryw o ddisgyblaethau a oedd yn cynnwys yr heddlu, gwasanaethau cymdeithasol a fferyllfeydd, fod mewn safle da i rannu gwybodaeth am dueddiadau cyffuriau.

Thema 4: Ysgogiadau i fynd i'r afael â chynhyrchu, gwerthu a defnyddio sylweddau seicoweithredol newydd

Ysgogiadau deddfwriaethol ac eraill

28. Pwysleisiodd cyfranogwyr yn y Gogledd a'r De mor bwysig oedd peidio â dibynnu ar ysgogiadau mewn deddfwriaeth yn unig i fynd i'r afael â materion NPSs. Nododd y grwpiau fod atebion mewn deddfwriaeth yn ei chael yn anodd symud yr un mor gyflym ar hyn o bryd â'r newid yn y tueddiadau o ran defnyddio a chyflenwi NPSs. Roedd y cyfranogwyr yn amau a allai'r gyfraith symud mor gyflym â'r rhai yn y diwydiant sy'n addasu cyfansoddiad sylweddau i aros un cam ar y blaen. Teimlai rhai mai ofer fyddai troi defnyddio NPSs yn drosedd, gan awgrymu na fyddai gan yr heddlu mo'r capasiti i ymdopi â'r galw, ac y byddai dosbarth o droseddwyr yn cael ei greu dros nos. Nododd eraill fod y dystiolaeth storiol yn awgrymu y gall troseddoli sylwedd ei droi yn atyniad mwy deniadol i rai ac arwain at gynnydd yn ei ddefnydd.
29. Awgrymodd rhai o'r cyfranogwyr yn y De nad oedd y penderfyniad diweddaraf i droseddoli cyffur – meffedrôn – wedi cael fawr ddim effaith o ran y galw ymysg defnyddwyr gan fod y sylwedd wedi hen ennill ei blwyf. Yn hytrach, nododd cyfranogwyr fod prif effaith troi'r cyffur yn gyffur anghyfreithlon yn ymwneud â'r modd y mae'r sylwedd yn cael ei werthu, a hwylustod a chost ei brynu.
30. Yn y Gogledd, pwysleisiwyd mor bwysig oedd gofalu peidio â throï'r defnyddiwr yn droseddwr – ond yn hytrach rhoi cymorth i'r defnyddwyr a thargedu'r cyflenwyr. Awgrymodd rhai cyfranogwyr hefyd y gallai troseddoli NPSs yrru eu gwerthwyr a'u defnyddwyr i'r dirgel, heb wneud fawr ddim i ateb yr her o gyrraedd y rhai y mae arnynt angen help a chymorth er mwyn rhoi'r gorau i ddefnyddio'r sylweddau hyn.

31. Awgrymodd cyfranogwyr yn y Gogledd a'r De y dylai'r awdurdodau lleol chwarae mwy o rôl i fynd i'r afael ag NPSs ar y cyd â'r heddlu, drwy gyflawni eu swyddogaethau o dan y Ddeddf Safonau Masnach. Tynnwyd sylw hefyd at yr angen i roi adnoddau digonol i dimau safonau masnach. Cyfeiriodd cyfranogwyr at enghreifftiau o ymyriadau llwyddiannus gan yr heddlu a thimau safonau masnach.
32. Ailadroddwyd mor bwysig oedd cynyddu ymwybyddiaeth y cyhoedd er mwyn mynd i'r afael â chynhyrchu, gwerthu a defnyddio NPSs. Galwodd llawer o gyfranogwyr am fwy o ymdrech i sicrhau ymgyrchoedd ymwybyddiaeth gyhoeddus a gwell addysg. Pwysleisiwyd bod 'addysg yn allweddol'. Dywedodd cyfranogwyr yn y De fod angen un pwynt cysylltu ar gyfer gwybodaeth hwylus, ffeithiol, glir a chyson am risgiau ac effeithiau NPSs, ac y dylai'r cyfryngau cymdeithasol gael eu defnyddio i godi ymwybyddiaeth. Awgrymwyd hefyd y gallai adrannau trwyddedu'r awdurdodau lleol helpu i ddatrys problem yr "head shops" sy'n dechrau codi mewn rhai cymunedau. Trafodir y siopau hyn, sy'n gwerthu cyffuriau a gêr cyffuriau, yn fanylach ym mharagraff 39.

Ymagwedd wedi'i chydlynu'n genedlaethol

33. Awgrymodd cyfranogwyr yn nhrafodaethau'r grŵp ffocws yn y De fod angen i'r gweithredu gael ei gydlynu o'r canol, ac y gall fod lle i Lywodraeth Cymru arddel mwy o berchnogaeth dros sut i fynd i'r afael ag NPSs. Soniodd rhai cyfranogwyr am y Cynllun Gweithredu ar Steroidau³ fel model posibl ar gyfer gwaith cydlynu o'r fath.

Gweithio ar draws ffiniau

34. Pwysleisiodd cyfranogwyr y grŵp ffocws yn y Gogledd fod angen i Lywodraeth Cymru a Llywodraeth a Deyrnas Unedig gydweithio i ddod o hyd i ysgogiadau i fynd i'r afael ag NPSs. Nodwyd bod hyn yn arbennig o wir yn ardaloedd y ffin o gofio lefel y symudiadau ar draws y ffin a natur dyllog y gwasanaethau.

3 Cafodd y Cynllun Gweithredu ar Steroidau ei arwain gan Iechyd Cyhoeddus Cymru, ag arian gan Lywodraeth Cymru. O dan y cynllun, enwodd pob bwrdd iechyd arweinydd a fyddai'n ymgymryd â hyfforddiant "hyfforddi'r hyfforddwr". Wedyn cafodd yr hyfforddiant ei raeadu drwy'r byrddau iechyd i'r staff eraill. Mae gan y prosiect wefan hefyd: www.siedsinform.co.uk

35. Nododd rhai o'r cyfranogwyr yn sesiwn y De nad oeddent yn gwybod beth oedd yn cael ei wneud gan Lywodraeth y Deyrnas Unedig ynglŷn ag NPSs, os oedden nhw'n gwneud unrhyw beth o gwbl. Nododd cyfranogwyr mor bwysig oedd hi fod Llywodraeth Cymru'n ceisio dylanwadu ar unrhyw ddeddfwriaeth yn y maes hwn yn y dyfodol ar lefel y Deyrnas Unedig.

Thema 5: Enghreifftiau o arferion da

36. Soniwyd am nifer o enghreifftiau o arferion da yng Nghymru yn ystod y trafodaethau, gan gynnwys:
- Gwaith CAIS (y Gwasanaeth Gwybodaeth am Alcohol)⁴ gyda sefydliadau addysg bellach ac uwch yn y Gogledd i roi addysg am NPSs i'r rhai a allai fod wedi syrthio drwy'r rhwyd yn ystod eu blynyddoedd yn yr ysgol;
 - Swyddogion cyswllt ysgolion yr heddlu yn mynd i ysgolion mewn rhannau o'r Gogledd i drafod NPSs;
 - Lleoli timau Cynghori, Adsefydlu, Cwmsela ac Iechyd (ARCH) mewn dalfeydd ar draws y gogledd i sicrhau y gall y rhai sydd yn y ddalfa gysylltu â gwasanaethau cymorth perthnasol ar gyfer camddefnyddio sylweddau [DS. Nododd cyfranogwyr nad gwasanaeth 24/7 mo hwn ac felly nad oedd ar gael i bawb];
 - Gwasanaeth Cyffuriau ac Alcohol Pobl Ifanc In2change Cyngor Bwrdeistref Sirol Wrecsam yn rhoi hyfforddiant i godi ymwybyddiaeth ynghylch NPSs i bobl broffesiynol, gan gynnwys PCSOs a staff adrannau damweiniau a brys;
 - Gwaith Barnardo's gydag ysgolion Sir Ddinbych i addasu polisïau cyffuriau fel bod disgyblion a welir yn defnyddio cyffuriau yn cael ymyriad 5-niwrnod gyda Barnardo's i ddechrau a chaniatâd i ddychwelyd i'r ysgol heb record yn hytrach na wynebu cael eu gwahardd ar unwaith;

⁴ Mae CAIS yn helpu pobl sy'n cael problemau ynglŷn â chaethineb, iechyd meddwl, datblygu personol a chyflogaeth – yn ogystal â chynnig cymorth a gwybodaeth i'w teuluoedd a'u cyfeillion.

- Prosiect yn Wrecsam o’r enw ‘Parent Factor’, sy’n agored i gymysgedd o famau sy’n ddefnyddwyr sylweddau a mamau eraill, i roi cyngor a chyfarwyddyd i’w cymheiriaid ar sut i godi plant ‘glân’;
- [Red button](#) yng Nghaerdydd a’r Fro – ‘siop pob peth’ ar gyfer gwybodaeth a chyngor ynghylch camddefnyddio sylweddau;
- [Gwefan Strange Molecules](#) ar gyfer gwybodaeth am NPSs;
- [Up2u](#), y Gwasanaeth Camddefnyddio Sylweddau i bobl 18 oed neu lai yng Nghaerdydd a’r Fro;
- Bws Estyn Allan Drugaid sy’n rhoi cymorth yn y cymunedau mwyaf gwledig;
- Defnyddio [dull sgrinio ac asesu newydd](#) gan Wasanaeth Cyffuriau ac Alcohol Pobl Ifanc In2change Cyngor Bwrdeistref Sirol Wrecsam.

37. Cafwyd awgrym y dylid dod o hyd i arferion da o rannau eraill o’r byd ac y byddai cynhadledd flynyddol yng Nghymru i rannu syniadau ac arferion yn fuddiol.

38. Roedd yr enghreifftiau o arferion da y tu allan i Gymru yn cynnwys:

- Ymgyrch iechyd cyhoeddus gan Heddlu’r Alban;
- [‘Clinigau mewn clybiau’](#) oedd ar waith mewn mannau penodol yn Llundain, yn caniatáu i defnyddwyr NPSs gael cymorth yn haws;
- Newidiadau yn y ddeddfwriaeth yn Seland Newydd i fynd i’r afael â defnyddio NPSs.

Materion eraill a godwyd

Effaith “head shops”

39. Dywedwyd bod yr hyn sy’n cael eu galw’n “head shops” – safleoedd sy’n gwerthu NPSs, a hynny yn aml ar y stryd fawr – yn codi her o bwys i gymunedau a darparwyr gwasanaethau mewn ardaloedd penodol. Tanlinellwyd bod dyfodiad siopau o’r fath fel arfer yn arwain at gynnydd yn nefnydd NPSs, a mwy o ymddygiad gwrthgymdeithasol a throseddau yn yr ardal leol.

Cyffredinolrwydd defnydd yn y system cyfiawnder troseddol

40. Nododd cyfranogwyr yn y trafodaethau yn y grŵp ffocws yn y Gogledd fod defnydd NPSs yn “rhemp” ymysg y rhai sydd yn y ddalfa neu yn y carchar. Dadleuwyd bod angen gwneud mwy:
- i addysgu carcharorion am risg defnyddio NPSs;
 - i godi ymwybyddiaeth y staff perthnasol er mwyn caniatáu iddynt adnabod defnyddwyr/atal rhagor o gynnydd o ran defnydd NPSs yn y boblogaeth yn y carchar; ac
 - i ddarparu gwasanaethau cymorth digonol i'r rhai sy'n defnyddio NPSs yn y ddalfa.

Goblygiadau posibl defnydd NPSs ar gyfer iechyd y cyhoedd

41. Nododd rhai o'r cyfranogwyr yn y Gogledd fod natur gudd y boblogaeth sy'n defnyddio NPSs ar y cyfan, a'r ffaith bod y ffiniau rhwng defnyddio sylweddau 'cyfreithlon' ac 'anghyfreithlon' yn mynd yn fwyfwy aneglur yn golygu bod yna berygl nad yw negeseuon pwysig ynghylch iechyd y cyhoedd yn cael eu clywed. Tanlinellwyd y gallai hyn arwain at nifer o anawsterau ym maes iechyd y cyhoedd, ac yn enwedig halogi o ganlyniad i rannu gêr cyffuriau.

Achosion isorweddol defnydd NPSs

42. Cafodd pwysigrwydd mynd i'r afael â'r achosion sydd y tu ôl i ddefnyddio NPSs ei bwysleisio gan rai o'r cyfranogwyr yn y Gogledd. Nodwyd bod llawer o unigolion yn troi at NPSs oherwydd problemau hunan-barch, delwedd y corff, iechyd meddwl, diweithdra, tlodi etc. Awgrymwyd hefyd y gall pobl fod yn defnyddio NPSs fel eu ffordd nhw eu hunain o gymryd moddion neu fffisig.

Y stigma sy'n gysylltiedig â gwasanaethau cymorth

43. Soniodd rhai o'r cyfranogwyr yn y De fod y gwasanaethau traddodiadol sy'n rhoi cymorth cyffuriau wedi'u sefydlu'n bennaf i reoli'r defnydd ar opiadau a bod yna stigma yn aml ynghlŷn ag adeiladau ac awyrgylch canolfannau'r gwasanaethau. Nodwyd bod yna argraff mai defnyddwyr heroin yn bennaf fydd yn bresennol yn y canolfannau hyn. Dywedodd cyfranogwyr fod pobl mewn cymunedau y mae camddefnyddio cyffuriau wedi effeithio arnynt yn aml yn gwrthwynebu lleoli gwasanaethau cymorth yn yr ardal leol, ac y gallai unigolion fod yn fwy anfodlon gofyn

am gymorth am fod arnynt ofn cael eu stigmatiddio. Teimlid y dylai gwasanaethau cymorth cyffuriau gael eu hintegreiddio â gwasanaethau cymorth eraill, lle roedd yn bosibl, er mwyn lleihau stigma.