Pennod 7: Siopa bwyd: cynaliadwyedd a'r effaith amgylcheddol

Cyflwyniad

Ym mis Mawrth 2022, lansiodd yr ASB strategaeth 5 mlynedd newydd (2022-2027). Gan adeiladu ar y strategaeth flaenorol, mae gweledigaeth yr ASB wedi datblygu i gynnwys 'bwyd sy'n iachach ac yn fwy cynaliadwy' er mwyn roi cyfrif am iechyd a chynaliadwyedd deietegol, sy'n flaenoriaethau cynyddol ar gyfer Llywodraeth Cymru, Llywodraeth y DU, Gweithrediaeth Gogledd Iwerddon, a defnyddwyr.

Mae gan Adran yr Amgylchedd, Bwyd a Materion Gwledig (Defra) gylch gwaith eang ond mae'n chwarae rhan fawr wrth gynyddu cynaliadwyedd, cynhyrchiant a gwytnwch y sectorau amaethyddiaeth, pysgota, bwyd a diod; gwella bioddiogelwch ar y ffin; a chodi safonau lles anifeiliaid.

Mae'r bennod hon yn rhoi trosolwg o wybodaeth, agweddau ac ymddygiad ymatebwyr mewn perthynas â chynaliadwyedd ac effaith amgylcheddol bwyd gan gynnwys dewisiadau siopa a deiet. Cyd-ariannodd Defra y cwestiynau yn y bennod hon sy'n ymwneud ag effaith amgylcheddol a chynaliadwyedd bwyd.

Pwysigrwydd prynu bwydydd sydd ag effaith amgylcheddol isel

Gofynnwyd i'r ymatebwyr pa mor bwysig oedd prynu bwyd sy'n cael effaith isel ar yr amgylchedd. Dywedodd dros dri chwarter (78%) o'r ymatebwyr ei bod yn bwysig (hynny yw, yn bwysig iawn neu eithaf pwysig) eu bod yn prynu bwyd sy'n cael effaith amgylcheddol isel. Nid oedd bron i 2 o bob 10 (18%) o'r ymatebwyr yn ystyried bod hyn yn bwysig (hynny yw, ddim yn bwysig iawn neu ddim yn bwysig o gwbl (footnote 1).

Roedd y pwysigrwydd ymddangosiadol prynu bwyd sydd ag effaith amgylcheddol isel yn amrywio rhwng gwahanol gategorïau o bobl yn y ffyrdd canlynol:

- NS-SEC: roedd ymatebwyr mewn rhai grwpiau galwedigaethol (er enghraifft, 82% o'r rheiny mewn galwedigaethau canolradd) a myfyrwyr amser llawn (78%) yn fwy tebygol o ystyried prynu bwyd sy'n cael effaith amgylcheddol isel o gymharu â'r rheiny mewn grwpiau galwedigaethol eraill (er enghraifft, 69% o'r rheiny mewn swyddi goruchwylio a thechnegol is) a'r rheiny a oedd yn ddi-waith am y tymor hir a/neu erioed wedi gweithio (68%).)
- cyfrifoldeb dros goginio: roedd ymatebwyr a oedd yn gyfrifol am goginio (79%) yn fwy tebygol o ystyried bod prynu bwyd sydd ag effaith amgylcheddol isel yn bwysig, o gymharu â'r rheiny nad ydynt yn coginio (58%)
- cyfrifoldeb dros siopa: roedd ymatebwyr a oedd yn gyfrifol am siopa (79%) yn fwy tebygol o ystyried bod prynu bwyd sydd ag effaith amgylcheddol isel yn bwysig, o gymharu â'r rheiny nad ydynt byth yn siopa (59%).

Pa mor aml y mae ymatebwyr yn chwilio am wybodaeth am effaith amgylcheddol bwyd

Gofynnwyd i'r ymatebwyr nodi pa mor aml maent yn chwilio am wybodaeth am yr effaith amgylcheddol wrth brynu bwyd. Dywedodd tua 2 o bob 10 (21%) o'r ymatebwyr eu bod yn aml yn chwilio (hynny yw, bob amser neu'r rhan fwyaf o'r amser) am wybodaeth am yr effaith amgylcheddol wrth brynu bwyd; roedd 45% yn gwneud hyn yn llai aml (hynny yw, tua hanner yr amser, neu'n achlysurol); a dywedodd 29% o'r ymatebwyr nad ydynt byth yn chwilio am wybodaeth am yr effaith amgylcheddol wrth brynu bwyd (footnote 2).

Roedd pa mor aml yr oedd ymatebwyr yn chwilio am wybodaeth am effaith amgylcheddol bwyd yn amrywio rhwng categorïau gwahanol o bobl, yn y ffyrdd canlynol:

- incwm blynyddol y cartref: roedd ymatebwyr sy'n ennill £19,000 neu lai (28%) yn fwy tebygol o wirio'n aml am wybodaeth am effaith amgylcheddol bwyd o gymharu â'r rheiny ag incwm uwch, er enghraifft, 17% o'r rheiny sy'n ennill rhwng £64,000 a £95,999
- diogeledd bwyd: roedd ymatebwyr â diogeledd bwyd isel iawn (34%) yn fwy tebygol o wirio'n aml am wybodaeth am effaith amgylcheddol bwyd o gymharu â'r rheiny â diogeledd bwyd uchel (18%) neu ymylol (22%)
- gr?p ethnig: Roedd ymatebwyr Asiaidd neu Asiaidd Prydeinig (33%) yn fwy tebygol o wirio'n aml am wybodaeth am effaith amgylcheddol bwyd o gymharu ag ymatebwyr o gefndir gwyn (20%)
- gorsensitifrwydd i fwyd: roedd ymatebwyr ag alergedd bwyd (31%) yn fwy tebygol o wirio'n aml am wybodaeth am effaith amgylcheddol bwyd o gymharu â'r rheiny nad oedd ganddynt orsensitifrwydd i fwyd (20%)
- cyfrifoldeb dros goginio: roedd ymatebwyr a oedd yn gyfrifol am goginio (22%) yn fwy tebygol o wirio am wybodaeth am effaith amgylcheddol bwyd o gymharu â'r rheiny nad ydynt yn coginio (10%)

Pa mor aml y mae ymatebwyr yn prynu bwydydd sydd ag effaith amgylcheddol isel

Gofynnwyd i'r ymatebwyr nodi pa mor aml, lle bo'n bosib, y maent yn prynu bwyd sy'n cael effaith amgylcheddol isel. Mae bron i draean (30%) o'r ymatebwyr yn aml (hynny yw, bob amser neu'r rhan fwyaf o'r amser) yn prynu bwyd sy'n cael effaith amgylcheddol isel, ac mae 43% yn gwneud hyn yn llai aml (hynny yw, tua hanner yr amser, neu'n achlysurol). Dywedodd llai nag 1 o bob 10 (7%) o'r ymatebwyr nad ydynt byth yn prynu bwyd sy'n cael effaith amgylcheddol isel, ond nid yw bron i 2 o bob 10 (19%) o'r ymatebwyr yn gwybod pa mor aml y maent yn prynu bwyd sy'n cael effaith amgylcheddol isel (footnote 3).

Roedd pa mor aml roedd ymatebwyr yn prynu bwyd sydd ag effaith amgylcheddol isel, lle bo modd, yn amrywio rhwng gwahanol gategorïau o bobl, fel a ganlyn:

- gr?p oedran: roedd oedolion h?n yn fwy tebygol o fod wedi prynu bwyd sydd ag effaith amgylcheddol isel o gymharu ag oedolion iau. Er enghraifft, roedd 39% o bobl 75 oed neu h?n yn prynu bwyd sydd ag effaith amgylcheddol isel o gymharu â 26% o bobl 16-24 oed
- incwm blynyddol y cartref: nid oedd y tebygolrwydd y byddai ymatebwyr yn prynu bwyd sydd ag effaith amgylcheddol isel yn amrywio yn ôl incwm. Er enghraifft, roedd 31% o bobl ag incwm o £19,000 neu lai yn prynu bwyd sydd ag effaith amgylcheddol isel o gymharu â 33% o'r rhai ag incwm o £96,000 a throsodd**
- diogeledd bwyd: nid oedd y tebygolrwydd y byddai ymatebwyr yn prynu bwyd sydd ag effaith amgylcheddol isel yn amrywio yn ôl lefel diogeledd bwyd. Er enghraifft, roedd 29% o'r rhai â diogeledd bwyd uchel yn prynu bwyd ag effaith amgylcheddol isel o gymharu â 35% o'r rhai â diogeledd bwyd isel iawn**

Agweddau tuag at wybodaeth am effaith amgylcheddol cynhyrchion

Gofynnwyd i ymatebwyr nodi i ba raddau yr ydynt yn cytuno neu'n anghytuno bod cynhyrchion bwyd yn dangos digon o wybodaeth am eu heffaith amgylcheddol? Roedd bron i chwarter (24%) yr ymatebwyr yn cytuno (er enghraifft, yn cytuno'n gryf neu'n cytuno) bod cynhyrchion yn dangos digon o wybodaeth am eu heffaith amgylcheddol, ond roedd tua thraean (34%) o'r ymatebwyr yn anghytuno (er enghraifft, yn anghytuno'n gryf neu'n anghytuno). Dywedodd mwy nag 1 o bob 10 (11%) o ymatebwyr nad ydynt yn gwybod a yw cynhyrchion yn dangos digon o wybodaeth am eu heffaith amgylcheddol (footnote 4).

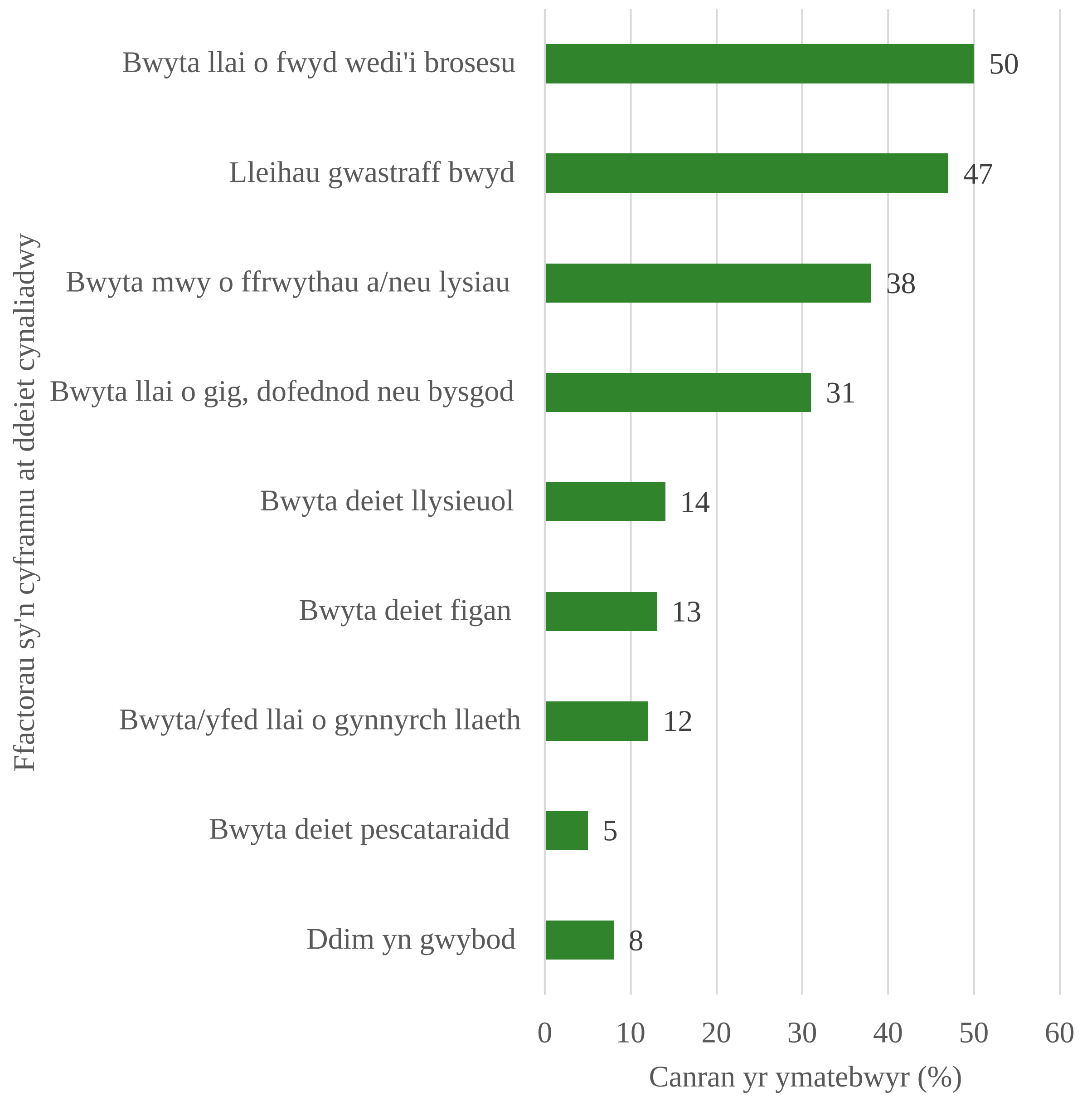
Canfyddiadau o ffactorau sy'n cyfrannu at ddeietau cynaliadwy a dewisiadau siopa

Canfyddiadau o'r hyn sy'n cyfrannu at ddeiet cynaliadwy

Ffigur 23: Ffactorau yr oedd ymatebwyr o'r farn eu bod yn cyfrannu fwyaf at ddeiet cynaliadwy

Newid i weld tabl a fersiwn hygyrch

Newid i weld siart



?Ffactorau sy'n cyfrannu at ddeiet cynaliadwy	Canran yr ymatebwyr
Ddim yn gwybod	8
Bwyta deiet pescataraidd	5
Bwyta/yfed llai o gynnyrch llaeth	12
Bwyta deiet figan	13
Bwyta deiet llysieuol	14
Bwyta llai o gig, dofednod neu bysgod	31
Bwyta mwy o ffrwythau a/neu lysiau	38
Lleihau gwastraff bwyd	47
Bwyta llai o fwyd wedi'i brosesu	50

Lawrlwytho’r siart hon

Delwedd .csv

Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 4

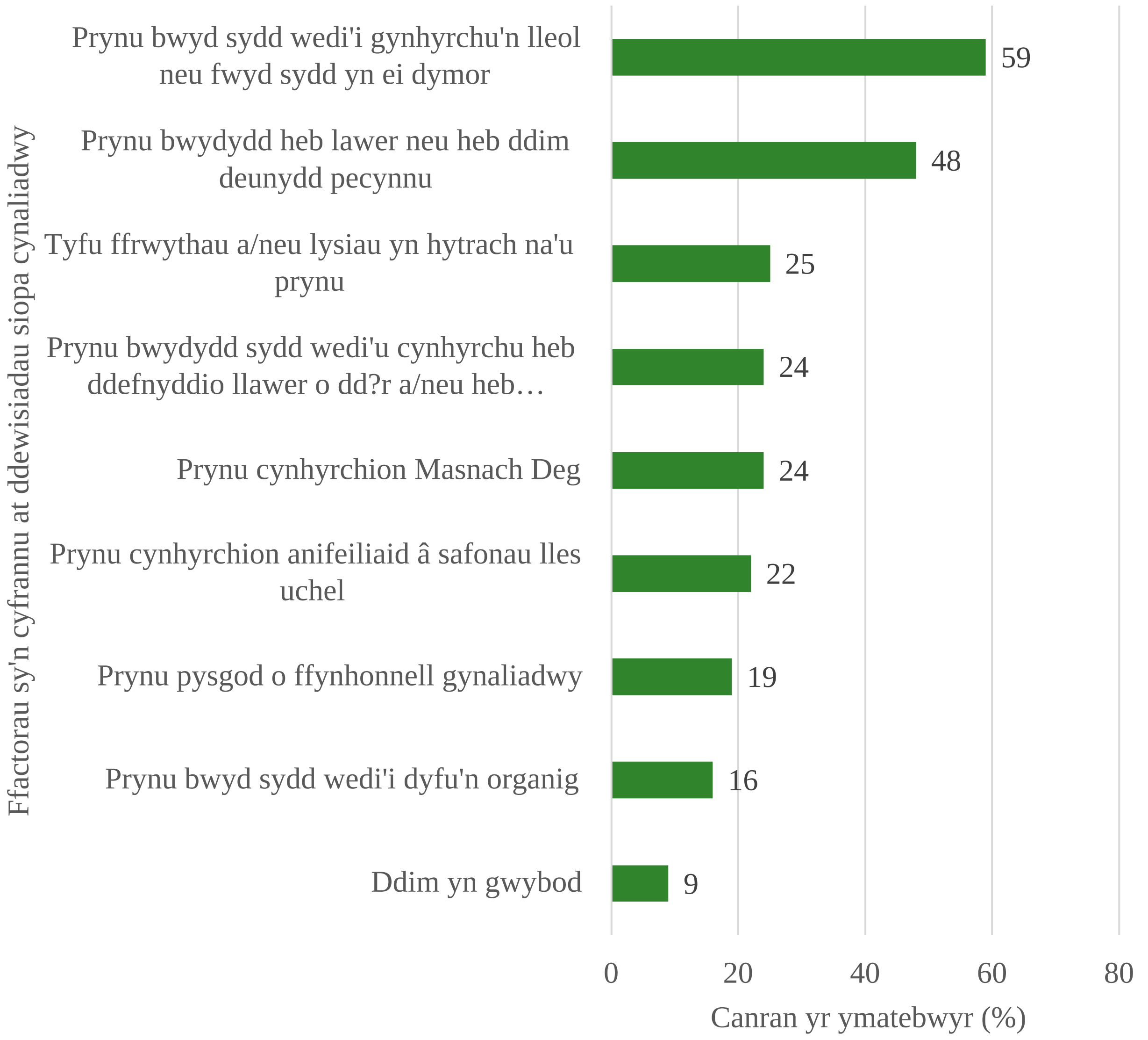
Gofynnwyd i'r ymatebwyr, beth, o restr o opsiynau, sy'n cyfrannu fwyaf at ddeiet cynaliadwy yn eu barn nhw. Dywedodd hanner yr ymatebwyr taw bwyta llai o fwyd wedi'i brosesu (50%) sy'n cyfrannu fwyaf tuag at ddeiet cynaliadwy, a dywedodd 47% taw lleihau gwastraff bwyd sy'n cyfrannu ato fwyaf. Roedd tua thraean yr ymatebwyr yn meddwl mai bwyta mwy o ffrwythau a/neu lysiau (38%), a bwyta llai o gig, dofednod, neu bysgod (31%) oedd yn cyfrannu fwyaf at ddeiet cynaliadwy. Roedd llai o ymatebwyr yn meddwl mai bwyta deiet llysieuol (14%) neu figan (13%) neu fwyta llai o laeth (12%) oedd yn cyfrannu fwyaf at ddeiet cynaliadwy. Dywedodd bron i 1 o bob 10 (8%) o ymatebwyr nad oeddent yn gwybod beth oedd yn cyfrannu fwyaf at ddeiet cynaliadwy (Ffigur 23) (footnote 5).

Canfyddiadau o'r hyn sy'n cyfrannu at ddewisiadau siopa cynaliadwy

Ffigur 24: Yr hyn yr oedd ymatebwyr o'r farn ei fod yn cyfrannu fwyaf at ddewisiadau siopa cynaliadwy

Newid i weld tabl a fersiwn hygyrch

Newid i weld siart



?Ffactorau sy'n cyfrannu at ddewisiadau siopa cynaliadwy	Canran yr ymatebwyr
Ddim yn gwybod	9
Prynu bwyd sydd wedi'i dyfu'n organig	16
Prynu pysgod o ffynhonnell gynaliadwy	19
Prynu cynhyrchion anifeiliaid â safonau lles uchel	22
Prynu cynhyrchion Masnach Deg	24
Prynu bwydydd sydd wedi'u cynhyrchu heb ddefnyddio llawer o dd?r a/neu heb ddatgoedwigo	24
Tyfu ffrwythau a/neu lysiau yn hytrach na'u prynu	25
Prynu bwydydd heb lawer neu heb ddim deunydd pecynnu	48
Prynu bwyd sydd wedi'i gynhyrchu'n lleol neu fwyd sydd yn ei dymor	59

Lawrlwytho'r siart hon

Delwedd .csv

Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 4

Gofynnwyd i’r ymatebwyr beth, o restr o opsiynau, oedd yn cyfrannu fwyaf at wneud dewisiadau siopa bwyd cynaliadwy yn eu barn nhw. Roedd bron i 6 o bob 10 (59%) o’r ymatebwyr o’r farn mai prynu bwyd a gynhyrchwyd yn lleol neu fwyd yn ei dymor oedd yn cyfrannu fwyaf. Roedd tua hanner yr ymatebwyr o’r farn mai prynu bwydydd gydag ychydig iawn o ddeunydd pecynnu neu ddim deunydd pecynnu o gwbl (48%) oedd yn cyfrannu fwyaf wneud dewisiadau siopa bwyd cynaliadwy. Dywedodd tua chwarter yr ymatebwyr fod tyfu ffrwythau a/neu lysiau yn lle eu prynu (25%), prynu bwydydd sydd wedi’u cynhyrchu heb fawr o ddefnydd o dd?r a/neu ychydig iawn o ddatgoedwigo (24%), prynu nwyddau Masnach Deg (24%) a prynu cynhyrchion anifeiliaid â safonau lles uchel (22%) oedd yn cyfrannu fwyaf. Dywedodd bron i 1 o bob 10 (9%) o’r ymatebwyr nad oeddent yn gwybod beth oedd yn cyfrannu fwyaf at wneud dewisiadau siopa bwyd cynaliadwy (Ffigur 24) (footnote 6).

1. Cwestiwn: Pa mor bwysig yw hi eich bod yn prynu bwyd sy’n cael effaith amgylcheddol isel? Ymatebion: Pwysig iawn, Eithaf pwysig, Ddim yn bwysig iawn, Ddim yn bwysig o gwbl, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 4786, pawb a ymatebodd, a’r rheiny a gwblhaodd yr holiadur ‘Bwyta Gartref’ trwy’r post.

2. Cwestiwn: Wrth brynu bwyd, pa mor aml ydych chi’n chwilio am wybodaeth am yr effaith amgylcheddol? Ymatebion: Bob amser, Y rhan fwyaf o’r amser, Tua hanner yr amser, Weithiau, Byth, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 4786, pawb a ymatebodd, a’r rheiny a gwblhaodd yr holiadur ‘Bwyta Gartref’ trwy’r post.

3. Cwestiwn: Pa mor aml ydych chi’n prynu bwyd sy’n cael effaith amgylcheddol isel, lle bo hynny’n bosib? Ymatebion: Bob amser, Y rhan fwyaf o’r amser, Tua hanner yr amser, Weithiau, Byth, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 4786, pawb a ymatebodd, a’r rheiny a gwblhaodd yr holiadur ‘Bwyta Gartref’ trwy’r post.

4. Cwestiwn: I ba raddau ydych chi’n cytuno neu’n anghytuno bod cynhyrchion bwyd yn dangos digon o wybodaeth am eu heffaith ar yr amgylchedd? Ymatebion: Cytuno’n gryf, Cytuno, Ddim yn cytuno nac yn anghytuno, Anghytuno, Anghytuno’n gryf, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 4786, pawb a ymatebodd ar-lein a’r rheiny a gwblhaodd yr holiadur ‘Bwyta Gartref’ trwy’r post.

5. Cwestiwn: Pa rai o’r canlynol sy’n cyfrannu fwyaf yn eich barn chi at ddeiet cynaliadwy? Ymatebion: Bwyta deiet llysieuol, Bwyta deiet pescataraidd, Bwyta deiet figan, Bwyta llai o gig neu ddofednod neu bysgod, Bwyta/yfed llai o laeth a chynnyrch llaeth, Bwyta llai o fwyd wedi’i brosesu, Bwyta mwy o ffrwythau a/neu lysiau, Lleihau gwastraff bwyd, Dim un o’r rhain, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 4786, pawb a ymatebodd ar-lein a’r rheiny a gwblhaodd yr holiadur ‘Bwyta Gartref’ trwy’r post.

6. Cwestiwn: Pa un o’r canlynol ydych chi’n meddwl sy’n cyfrannu fwyaf at rywun yn gwneud dewisiadau siopa bwyd cynaliadwy? Ymatebion: Prynu cynhyrchion anifeiliaid gyda safonau lles uchel, Prynu cynhyrchion masnach deg, Prynu bwyd a gynhyrchir yn lleol neu fwyd yn ei dymor, Prynu bwydydd gydag ychydig iawn o ddeunydd pecynnu neu ddim deunydd pecynnu o gwbl, Prynu bwydydd sydd wedi’u cynhyrchu heb fawr o ddefnydd o dd ?r a/neu ychydig o ddatgoedwigo, Prynu bwydydd wedi’u tyfu’n organig, Prynu pysgod o ffynonellau cynaliadwy, Tyfu ffrwythau a/neu lysiau yn lle eu prynu, Dim un o’r rhain, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 4786, pawb a ymatebodd ar-lein a’r rheiny a gwblhaodd yr holiadur ‘Bwyta Gartref’ trwy’r post.