

# Cylch 5: Pennod 3 Diogeledd bwyd

## Cyflwyniad

“Ceir diogeledd bwyd pan fo gan bawb, ar bob adeg, fynediad ffisegol ac economaidd at fwyd digonol, diogel a maethlon sy'n bodloni eu hanghenion deietegol a'u dewisiadau bwyd ar gyfer byw bywyd bywiog ac iach”. Uwchgynhadledd Bwyd y Byd, 1996.

Mae Bwyd a Chi 2 yn defnyddio [Modiwl Arolwg Diogelwch Bwyd Oedolion yr Unol Daleithiau](#) a ddatblygwyd gan Adran Amaeth yr Unol Daleithiau (USDA) i fesur diogeledd bwyd defnyddwyr.

Ceir rhagor o wybodaeth am sut y caiff diogeledd bwyd ei fesur, a sut y caiff dosbarthiadau eu neilltuo a'u diffinio, yn Atodiad A, ac ar [wefan Diogeledd Bwyd yr USDA](#).

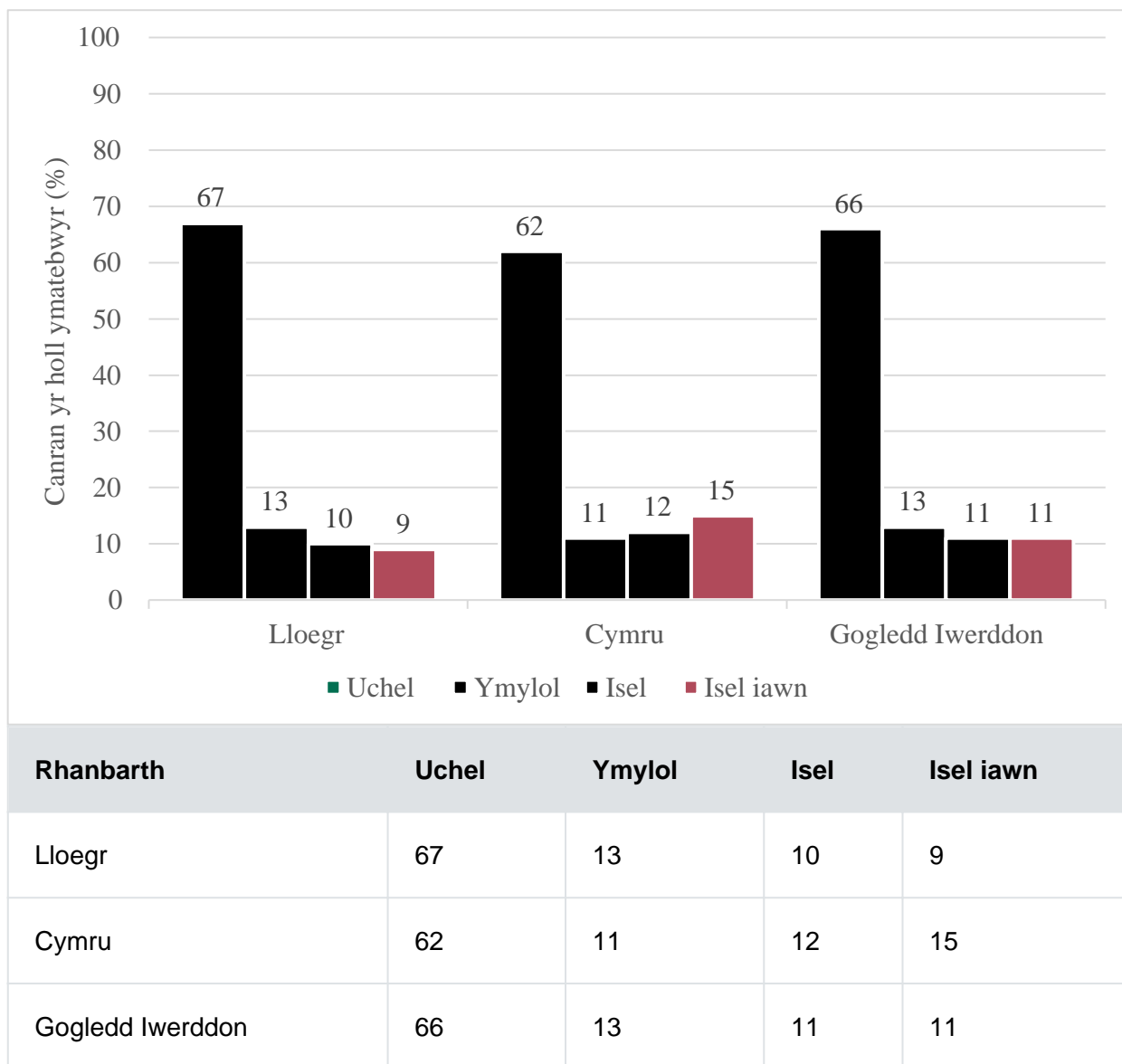
## Diogeledd bwyd

Ledled Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon, cafodd 80% o'r ymatebwyr eu dosbarthu fel pobl â diogeledd bwyd (67% uchel, 13% ymylol), a chafodd 20% o'r ymatebwyr eu dosbarthu fel pobl â diffyg diogeledd bwyd (10% isel, 10% isel iawn) ([footnote 1](#)).

## Ffigur 5. Diogeledd bwyd yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon

Newid i weld tabl a fersiwn hygyrch

Newid i weld siart



Lawrlwytho'r siart hon

[Delwedd .csv](#)

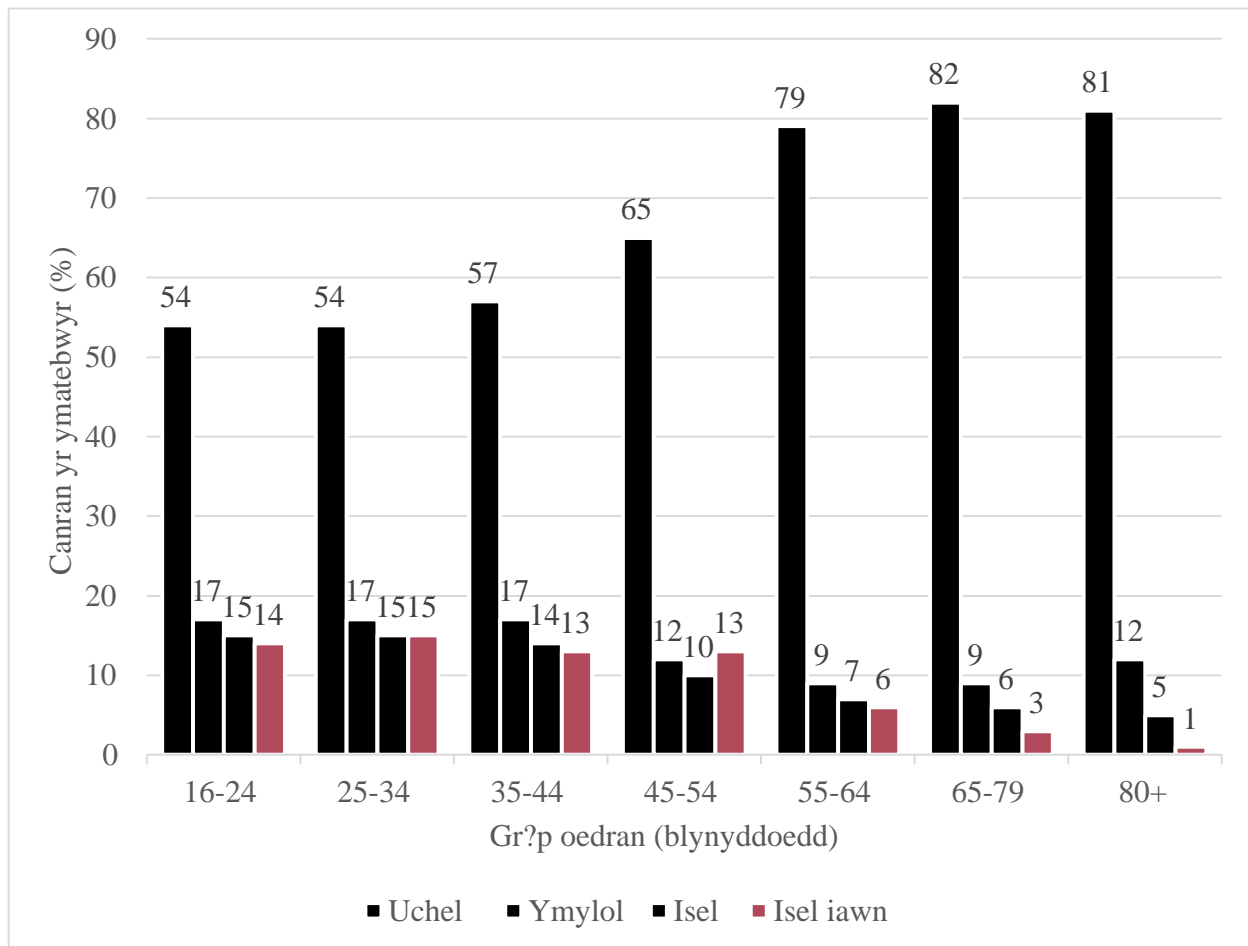
Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 5

Roedd tua 8 o bob 10 o'r ymatebwyr â diogeledd bwyd (hynny yw, roedd ganddynt ddiogeledd bwyd uchel neu ymylol) yn Lloegr (80%) a Gogledd Iwerddon (78%) ac roedd 74% o'r ymatebwyr â diogeledd bwyd yng Nghymru. Roedd gan tua 2 o bob 10 o'r ymatebwyr ddiffyg diogeledd bwyd (hynny yw, roedd ganddynt ddiogeledd bwyd isel neu isel iawn) yn Lloegr (20%) a Gogledd Iwerddon (22%) ac roedd 26% o'r ymatebwyr â diffyg diogeledd bwyd yng Nghymru (Ffigur 5).

## Ffigur 6. Diogeledd bwyd yn ôl grŵp oedran

Newid i weld tabl a fersiwn hygyrch

Newid i weld siart



Gr?p oedran	Uchel	Ymylol	Isel	Isel iawn
16-24	54	17	15	14
25-34	54	17	15	15
35-44	57	17	14	13
45-54	65	12	10	13
55-64	79	9	7	6
65-79	82	9	6	3
80+	81	12	5	1

Lawrlwytho'r siart hon

[Delwedd .csv](#)

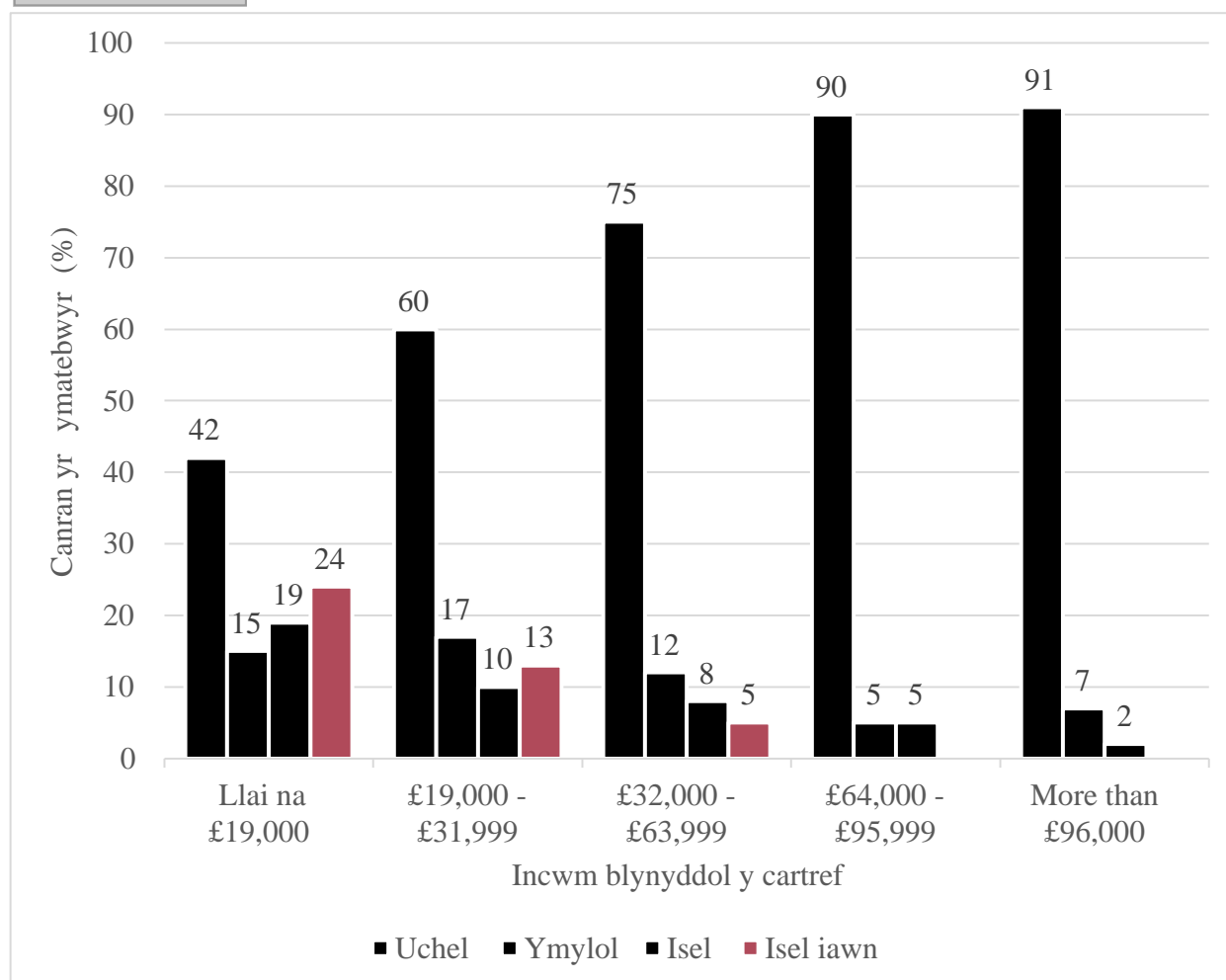
Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 5

Roedd diogeledd bwyd yn amrywio yn ôl grŵp oedran gydag oedolion hŷn yn fwy tebygol o ddweud bod ganddynt ddiogeledd bwyd ac yn llai tebygol o ddweud bod ganddynt ddiffyg diogeledd bwyd nag oedolion iau. Er enghraifft, roedd 29% (15% isel, 14% isel iawn) o'r ymatebwyr rhwng 16 a 24 oed â diffyg diogeledd bwyd o gymharu â 6% (5% isel, 1% isel iawn) o'r rheiny 80 oed a hŷn (Ffigur 6).

## Ffigur 7. Diogeledd bwyd yn ôl incwm y cartref

Newid i weld tabl a fersiwn hygyrch

Newid i weld siart



Arian	Uchel	Ymylol	Isel	Isel iawn
Llai na ?19,000	42	15	19	24
?19,000 - ?31,999	60	17	10	13
?32,000 - ?63,999	75	12	8	5

Arian	Uchel	Ymylol	Isel	Isel iawn
?64,000 - ?95,999	90	5	5	
More than ?96,000	91	7	2	

Lawrlwytho'r siart hon

[Delwedd .csv](#)

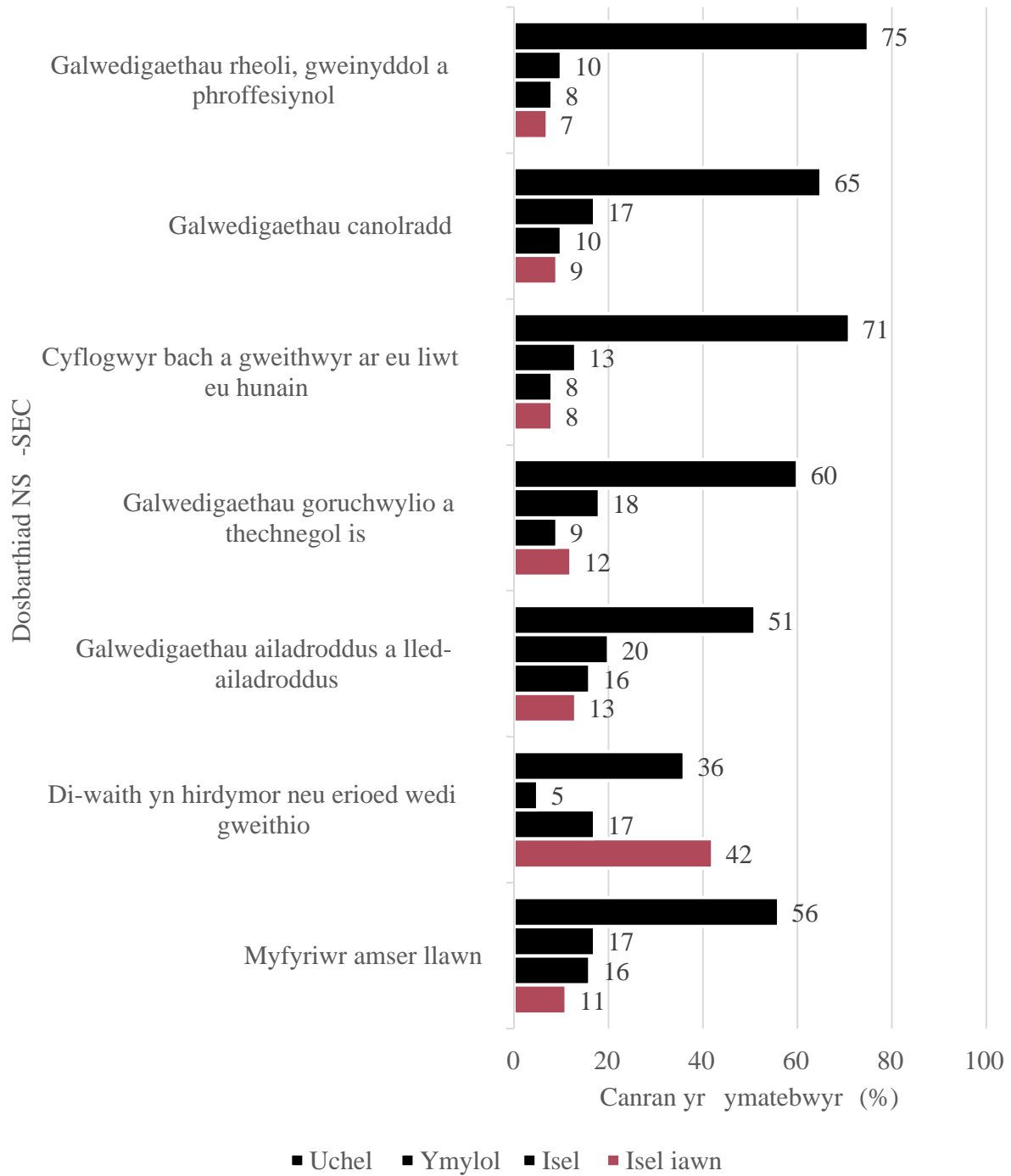
Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 5

Roedd diogeledd bwyd yn gysylltiedig ag incwm y cartref. Roedd yr ymatebwyr ag incwm is yn fwy tebygol o ddweud bod ganddynt ddiffyg ddiogeledd bwyd na'r rheiny ag incwm uwch. Er enghraifft, nododd 43% o'r rheiny ag incwm cartref blynyddol o lai na £19,000 ddiffyg diogeledd bwyd (19% isel, 24% isel iawn) o gymharu â 2% (2% isel, 0% isel iawn) o'r rheiny ag incwm o £96,000 neu fwy (Ffigur 7).

## Ffigur 8. Diogeledd bwyd yn ôl dosbarthiad NS-SEC

Newid i weld tabl a fersiwn hygyrch

Newid i weld siart



Dosbarthiad NS-SEC	Uchel	Ymylol	Isel	Isel iawn
Myfyriwr amser llawn	56	17	16	11
Di-waith yn hirdymor neu erioed wedi gweithio	36	5	17	42
Galwedigaethau ailadroddus a lled-ailadroddus	51	20	16	13

Dosbarthiad NS-SEC	Uchel	Ymylol	Isel	Iseliawn
Galwedigaethau goruchwylio a thechnegol is	60	18	9	12
Cyflogwyr bach a gweithwyr ar eu liwt eu hunain	71	13	8	8
Galwedigaethau canolradd	65	17	10	9
Galwedigaethau rheoli, gweinyddol a phroffesiynol	75	10	8	7

Lawrlwytho'r siart hon

[Delwedd .csv](#)

Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 5

Roedd ymatebwyr a oedd yn ddi-waith am gyfnod hir a/neu nad oeddent erioed wedi gweithio (59%) yn fwyaf tebygol o nodi bod ganddynt ddiffyg diogeledd bwyd o gymharu â'r holl grwpiau galwedigaethol eraill. Roedd y rheiny a oedd mewn galwedigaethau gwaith ailadroddus a lled-ailadroddus (29%), a myfyrwyr amser llawn (27%) yn fwy tebygol o fod â diffyg diogeledd bwyd na llawer o grwpiau galwedigaethau eraill (er enghraifft, 15% o'r rheiny mewn grwpiau galwedigaethau rheoli, gweinyddol a phroffesiynol) (Ffigur 8).

Roedd lefel diffyg diogeledd bwyd a nodwyd hefyd yn amrywio rhwng gwahanol categorïau o bobl yn y ffyrdd canlynol:

- Maint y cartref: roedd cartrefi â 5 neu fwy o bobl (29%) yn fwy tebygol o nodi bod ganddynt ddiffyg diogeledd bwyd o gymharu â'r rheiny mewn cartrefi 1 person (19%) neu 2 person (15%).
- Plant dan 16 oed yn y cartref: Dywedodd 29% o'r cartrefi â phlant dan 16 oed fod ganddynt ddiffyg diogeledd bwyd o gymharu â 17% o'r cartrefi heb blant o dan 16 oed.
- Rhanbarth (Lloegr): roedd diffyg diogeledd bwyd yn amrywio fesul rhanbarth yn Lloegr. Er enghraifft, roedd ymatebwyr a oedd yn byw yng Ngogledd-orllewin Lloegr (25%) a Swydd Efrog a'r Humber (25%) yn fwy tebygol o nodi bod ganddynt ddiffyg diogeledd bwyd o gymharu â'r rheiny a oedd yn byw yn Ne-ddwyrain (13%) a De-orllewin Lloegr (15%).
- Cyflwr iechyd hirdymor: roedd ymatebwyr a oedd â chyflwr iechyd hirdymor (29%) yn fwy tebygol o ddweud bod ganddynt ddiffyg diogeledd bwyd o gymharu â'r rheiny heb gyflwr iechyd hirdymor (16%).

## Defnyddio banciau bwyd

Gofynnwyd i'r ymatebwyr a ydyn nhw, neu unrhyw un arall yn eu cartref, wedi cael parcel bwyd am ddim gan fanc bwyd neu ddarparwr bwyd brys arall yn ystod y 12 mis diwethaf. Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr (95%) nad oeddent wedi defnyddio banc bwyd neu ddarparwr bwyd brys arall yn ystod y 12 mis diwethaf; nododd 3% o'r ymatebwyr eu bod wedi gwneud hynny ([footnote 2](#)).

Gofynnwyd i'r ymatebwyr a oedd wedi cael parcel bwyd gan fanc bwyd neu ddarparwr arall nodi pa mor aml yr oeddent wedi cael parcel bwyd yn ystod y 12 mis diwethaf. O blith yr ymatebwyr hyn, roedd 34% wedi cael parcel bwyd ar un achlysur yn unig yn ystod y 12 mis diwethaf; roedd 40% wedi cael parcel bwyd ar fwy nag un achlysur ond yn llai aml na phob mis; ac roedd 5% wedi cael parcel bwyd bob mis neu'n amlach ([footnote 3](#)).

## Prydau ysgol am ddim

Gofynnwyd i'r ymatebwyr â phlant rhwng 7 a 15 oed yn eu cartref a yw eu plant yn cael prydau ysgol am ddim. Dywedodd y rhan fwyaf (74%) o'r ymatebwyr gyda phlentyn/plant rhwng 7 a 15 oed yn eu cartref nad oedd y plentyn/plant yn cael prydau ysgol am ddim. Nododd oddeutu un o bob pedwar (24%) o'r ymatebwyr fod y plentyn/plant yn cael prydau ysgol am ddim ([footnote 4](#)).

Roedd y nifer yr adroddwyd eu bod yn cael prydau ysgol am ddim hefyd yn amrywio rhwng gwahanol gategoriâu o bobl yn y ffyrdd canlynol:

- Incwm blynyddol y cartref: roedd yr ymatebwyr ag incwm is yn fwy tebygol o ddweud eu plentyn/plant yn cael prydau ysgol am ddim o gymharu â'r rheiny ag incwm is. Er enghraifft, dywedodd 47% o'r ymatebwyr ag incwm o lai na £19,000 fod y plentyn/plant yn cael prydau ysgol am ddim o gymharu â 9% o'r rheiny ag incwm rhwng £32,000 a £63,000.
- Diogeledd bwyd: roedd yr ymatebwyr â diogeledd bwyd isel (37%) neu isel iawn (45%) yn fwy tebygol o adrodd bod y plentyn/plant yn cael prydau ysgol am ddim o gymharu â'r rheiny â diogeledd bwyd uchel (16%) neu ymylol (17%).

1. Cwestiwn / Ymatebion: Newidyn deilliedig, gweler [canllawiau yr USDA ar Ddiogeledd Bwyd](#) a'r Adroddiad Technegol. Sylfaen= 6770, pawb a ymatebodd. Pwysig: Gweler Atodiad A am wybodaeth am ddsbarthiadau a diffiniadau lefelau diogeledd bwyd.

2. Cwestiwn: Yn ystod y 12 mis diwethaf, a ydych chi, neu unrhyw un arall yn eich cartref, wedi cael parcel bwyd am ddim gan fanc bwyd neu ddarparwr bwyd brys arall? Ymatebion: ydw/ydyn, nac ydw/nac ydyn, mae'n well gennyf beidio â dweud. Sylfaen= 6770, pawb a ymatebodd.

[1] Cwestiwn: Pa mor aml yn ystod y 12 mis diwethaf ydych chi, neu unrhyw un arall yn eich cartref, wedi cael parcel bwyd am ddim gan fanc bwyd neu ddarparwr bwyd brys arall? Ymatebion: Dim ond unwaith yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, Dwy neu dair gwaith yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, Pedair i chwe gwaith yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, Mwy na chwe gwaith ond nid pob mis, Bob mis neu'n amlach, Ddim yn gwybod, Mae'n well gennyf beidio â dweud. Sylfaen = 269, pawb a ymatebodd a nododd fod rhywun yn eu cartref wedi defnyddio banc bwyd neu fwyd brys neu wedi cael parcel bwyd gan fanc bwyd neu ddarparwr bwyd brys arall yn ystod y 12 mis diwethaf.

3. Cwestiwn: Pa mor aml yn ystod y 12 mis diwethaf ydych chi, neu unrhyw un arall yn eich cartref, wedi cael parcel bwyd am ddim gan fanc bwyd neu ddarparwr bwyd brys arall? Ymatebion: Dim ond unwaith yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, Dwy neu dair gwaith yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, Pedair i chwe gwaith yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, Mwy na chwe gwaith ond nid pob mis, Bob mis neu'n amlach, Ddim yn gwybod, Mae'n well gennyf beidio â dweud. Sylfaen = 269, pawb a ymatebodd a nododd fod rhywun yn eu cartref wedi defnyddio banc bwyd neu fwyd brys neu wedi cael parcel bwyd gan fanc bwyd neu ddarparwr bwyd brys arall yn ystod y 12 mis diwethaf.



4. Cwestiwn: A yw unrhyw blentyn yn cael prydau ysgol am ddim? Ymatebion: Ydyn, Nac ydyn, Ddim yn gwybod, Mae'n well gennyf beidio â dweud. Sylfaen = 1220, yr holl ymatebwyr a oedd â phlentyn/plant rhwng 7 a 15 oed yn byw yn y cartref. Mae'r meini prawf cymhwysedd ar gyfer prydau ysgol am ddim yn amrywio rhwng [Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon](#).