Arolwg blaenllaw'r Asiantaeth Safonau Bwyd yn dangos bod pryderon ynghylch fforddiadwyedd bwyd wedi codi

Canfu arolwg Cylch 7 fod 55% o bobl ledled Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon yn 'bryderus iawn' am fforddiadwyedd bwyd, gan godi o 48% yng Nghylch 5 a gynhaliwyd yn ystod yr un cyfnod yn 2022.

Dywedodd 80% o'r ymatebwyr eu bod wedi newid eu harferion bwyta yn ystod y 12 mis blaenorol oherwydd rhesymau ariannol. Y newidiadau mwyaf cyffredin oedd bwyta allan yn llai aml (49%), a bwyta gartref yn amlach (45%). Nododd rhai ymatebwyr hefyd gynnydd mewn arferion diogelwch bwyd peryglus, fel cadw bwyd dros ben am gyfnodau hirach (21%) a bwyta bwyd ar ôl y dyddiad 'defnyddio erbyn' (21%).

Yn y cyfamser, mae nifer yr ymatebwyr a nododd lefelau o ddiffyg diogeledd bwyd (sy'n golygu bod â mynediad cyfyngedig neu ansicr at fwyd digonol) wedi aros ar 25%, sef yr un ganran â'r cylch blaenorol a'r lefel uchaf ar y cyd ers i'r arolwg ddechrau bedair blynedd yn ôl. Dywedodd 4% o'r ymatebwyr eu bod wedi defnyddio banc bwyd yn ystod y 12 mis diwethaf (o gymharu â 3% yng Nghylch 5), a dywedodd 5% eu bod wedi defnyddio 'archfarchnad gymdeithasol', sy'n gwerthu bwyd am bris gostyngol i'r rhai ag incwm is. Roedd oedolion iau, cartrefi ag incwm is, cartrefi â phlant, a'r rheiny â chyflyrau iechyd hirdymor ymhlith y grwpiau a oedd yn fwy tebygol o nodi eu bod â diffyg diogeledd bwyd.

Mae'r arolwg yn ystadegyn swyddogol ac mae'n mesur yr wybodaeth, yr agweddau a'r ymddygiadau o ran diogelwch bwyd a materion bwyd eraill, fel y'u cofnodir gan y defnyddwyr eu hunain.

> "Mae'r data diweddaraf yn dangos bod pryderon ynghylch prisiau bwyd yn cynyddu, gyda bron i naw o bob deg o bobl yn dweud eu bod yn bryderus iawn neu ychydig yn bryderus am fforddiadwyedd bwyd. Dyma'r lefel uchaf ers i'n harolwg ddechrau. Mae wir yn destun pryder bod rhai o'r ymatebwyr yn dweud eu bod yn troi at arferion bwyd mwy peryglus i arbed arian, fel cadw bwyd dros ben am fwy o amser a bwyta bwyd sydd wedi mynd heibio'r dyddiad 'defnyddio erbyn'. Gall yr arferion hyn arwain at risg uwch o bobl yn mynd yn sâl gyda gwenwyn bwyd.
>
> "Er mwyn helpu i wneud i fwyd fynd ymhellach, rydym yn annog pobl i ddilyn ein cyngor ar gyfer cadw bwyd yn ddiogel, gan gynnwys rhewi bwyd ar neu cyn y dyddiad 'defnyddio erbyn' os nad ydych am ei ddefnyddio cyn hynny. Mae llawer mwy o gyngor ar gael ar food.gov.uk i helpu pobl i wneud dewisiadau gwybodus a chadw'n ddiogel."
>
> Emily Miles, Prif Weithredwr yr ASB

Prif ganfyddiadau

- Dywedodd 88% o'r ymatebwyr eu bod yn hyderus bod y bwyd y maen nhw'n ei brynu yn ddiogel i'w fwyta

- Dywedodd 55% o'r ymatebwyr eu bod yn 'bryderus iawn' am fforddiadwyedd bwyd, gyda 34% yn dweud eu bod 'ychydig yn bryderus' (cyfanswm cyfunol o 89%)
- Dywedodd 80% o'r ymatebwyr eu bod wedi newid eu harferion bwyta am resymau ariannol yn ystod y 12 mis blaenorol. Y newidiadau mwyaf cyffredin oedd bwyta allan yn llai aml (49%), bwyta gartref yn amlach (45%), bwyta llai o fwyd tecawê (44%), a phrynu mwy o eitemau ar gynnig arbennig (44%)
- Nododd rhai o'r ymatebwyr gynnydd mewn arferion diogelwch bwyd peryglus oherwydd rhesymau ariannol. Roedd 21% wedi cadw bwyd dros ben am fwy o amser cyn ei fwyta, roedd 21% wedi bwyta mwy o fwyd sydd wedi mynd heibio ei ddyddiad 'defnyddio erbyn', ac roedd 6% wedi newid gosodiadau'r oergell/rhewgell
- O'r ymatebwyr hynny a ddywedodd fod ganddynt bryder o ran bwyd (28%), roedd y pryderon mwyaf cyffredin yn ymwneud â dulliau cynhyrchu bwyd (33%), maeth ac iechyd (30%), ac ansawdd bwyd (23%)
- Dywedodd 68% o'r ymatebwyr fod ganddyn nhw hyder yn y gadwyn cyflenwi bwyd

Yngl?n â'r adroddiad?

Cynhaliwyd y gwaith maes ar gyfer Bwyd a Chi 2: Cylch 7 rhwng 23 Ebrill a 10 Gorffennaf 2023. Cwblhawyd yr arolwg gan 5,812 o oedolion o 4,006 o gartrefi ledled Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon.

Darllen y gwaith ymchwil

Mae adroddiad llawn Cylch 7 ar gael yn yr adran ymchwil ar ein gwefan.