# Cyhoeddi adroddiad ‘Bwyd mewn Pandemig’

Mae’r adroddiad Bwyd mewn Pandemig, a gomisiynwyd gan yr ASB ac a gynhyrchwyd gan Demos fel rhan o Renew Normal: The People’s Commission on Life after Covid, yn edrych i ddeall sut mae amgylchedd bwyd newydd a grëwyd yn ystod y pandemig wedi effeithio ar ymddygiadau a dewisiadau'r cyhoedd. Roedd y gwaith ymchwil yn cynnwys: arolwg cynrychioliadol cenedlaethol o 10,069 o oedolion yn y Deyrnas Unedig (DU), dull trafod cynrychioliadol cenedlaethol ar-lein o'r enw Polis gyda 1,006 o ymatebwyr yn y DU, cyfres o bedwar gweithdy trafod, ac arolwg agored o 911 o oedolion.

## Canfyddiadau allweddol ar brofiad y cyhoedd yn ystod y pandemig

### Ansicrwydd bwyd

Mae'r adroddiad yn dangos bod pobl wedi camu i'r adwy i helpu i atal mathau newydd o ansicrwydd bwyd a achosir gan bobl yn hunanynysu trwy gynnig mathau anffurfiol o gefnogaeth fel siopa i eraill.

Mae'r canfyddiadau hefyd yn dangos bod y cyhoedd yn awyddus i'r llywodraeth weithredu er mwyn helpu i fwydo'r rheiny heb y modd i fwydo eu hunain. Mae pobl hefyd yn tueddu i fod yn fwy cefnogol dros gamau ataliol ar gyfer ansicrwydd bwyd, fel sicrhau bod swyddi â chyflogau da ar gael i bawb. Cytunodd ychydig llai na dwy ran o dair (63%) yn y Polis ‘mai cyfrifoldeb y llywodraeth yw sicrhau nad oes unrhyw un yn llwgu’.

### Cyflenwad bwyd y DU

Nodwyd bod cyfran sylweddol o'r boblogaeth wedi prynu bwyd yn fwy lleol neu wedi tyfu mwy o fwyd yn ystod y pandemig, gan adlewyrchu symudiad ehangach tuag at hunangynhaliaeth unigolion. Mae llawer o'r rhai sydd wedi gwneud y symudiad hwn yn disgwyl iddo barhau ar ôl y pandemig.

Roedd 78% o'r rhai a holwyd o blaid y DU yn cadw ei safonau ansawdd bwyd cyfredol, hyd yn oed os yw bwyd yn ddrytach ac yn llai cystadleuol yn y farchnad fyd-eang. Roedd cyfran debyg (82%) hefyd yn cefnogi cynnal safonau lles anifeiliaid cyfredol y DU, pan gyflwynwyd yr un cyfaddawd iddynt yn erbyn prisiau a bod yn gystadleuol.

### Deiet ac arferion bwyta

Bu newid cymhleth yn neiet pobl yn ystod Covid-19, gyda mwy o bobl yn coginio gartref. Er bod traean (32%) yr ymatebwyr yn yr arolwg barn wedi bwyta prif brydau bwyd mwy iach, roedd traean (33%) yn bwyta mwy o fyrbrydau afiach.

Efallai y byddai rhai o'r cyfyngiadau a’r cyngor iechyd cyhoeddus, fel aros gartref, wedi gallu annog bwyta'n fwy iach. Mae'r rhai sydd wedi coginio mwy neu wedi bwyta prif brydau iachach yn dueddol o ddisgwyl i'r newid hwn barhau. Fodd bynnag, mae hyn yn debygol o ddibynnu rhywfaint ar y newidiadau eraill, fel gweithio hyblyg parhaus.

Meddai **Emily Miles, Prif Weithredwr yr ASB:**

> 'Mae'n amlwg o'r gwaith ymchwil hwn fod ein profiadau o fwyd wedi amrywio'n fawr yn ystod y pandemig.
>
> 'Er bod rhai wedi gweld arferion bwyta'n gwella, ac o bosibl wedi gwneud gwelliannau parhaol i'w deiet, mae eraill wedi cael trafferth bwydo eu hunain a'u teuluoedd.
>
> ‘Rhaid i bob un ohonom ni yn y llywodraeth nawr fyfyrio ar beth mae hyn yn ei olygu i ddyfodol bwyd ac iechyd y cyhoedd.’

Meddai Rose Lasko-Skinner, **Uwch Ymchwilydd yn Demos a chyd-awdur yr adroddiad:**

> ‘Mae ein hymchwil yn tynnu sylw at dri newid allweddol yn arferion bwyta pobl yn ystod y pandemig. Y cyntaf yw cynnydd digynsail mewn ansicrwydd bwyd a achosir gan rwystrau ffisegol ac ariannol newydd i brynu bwyd o ganlyniad i'r pandemig. Yr ail yw gwelliant posibl mewn arferion bwyta i'r rheiny sydd wedi cael mwy o amser rhydd ac wedi treulio mwy o amser gartref. A’r newid olaf yw ymwybyddiaeth newydd ymhlith defnyddwyr, gyda phobl wedi gwastraffu llai o fwyd ac wedi prynu a siopa'n fwy lleol.’

# Ymchwil yr ASB

Yr adroddiad ‘Bwyd mewn Pandemig’ yw'r ymchwil ddiweddaraf yn sylfaen dystiolaeth gynyddol yr ASB ar faterion defnyddwyr mewn perthynas â bwyd. Bydd cylch cyntaf ein harolwg Bwyd a Chi 2 newydd sy'n casglu gwybodaeth am wybodaeth, agweddau ac ymddygiadau hunan-gofnodedig y cyhoedd ar ddiogelwch bwyd, ynghyd â chyflenwad bwyd ac ansicrwydd bwyd, yn cael ei gyhoeddi ddydd Gwener 19 Mawrth.

## Darllen yr adroddiad

Mae'r adroddiad llawn ar gael yn ein hadran ymchwil (Saesneg yn unig).

## Nodiadau i olygyddion

Mae'r adroddiad hwn yn tynnu ar set eang o ddulliau methodolegol, sy'n darparu data ansoddol a meintiol am brofiadau pobl o fwyd yn ystod y pandemig a'u dewisiadau ar gyfer dyfodol y system.

Defnyddiwyd pedair prif fethodoleg:

1. cyfres o bedwar gweithdy ymgynghori ar-lein gyda 30 o gyfranogwyr
2. arolwg barn gynrychioliadol genedlaethol o 10,069 o oedolion yn y DU
3. arolwg mynediad agored gyda 911 o ymatebwyr
4. Polis gyda chynrychiolaeth genedlaethol, dull ymchwil ymgynghori ar-lein, gyda 1006 o oedolion yn y DU