Asiantaeth Safonau Bwyd
food.gov.uk
Food Standards Agency

Bwyd a Chi 2:

Prif ganfyddiadau Cylch 7

Ebrill 2024

Awduron: Dr Beth Armstrong, Lucy King, Robin Clifford, Mark Jitlal, Katie Mears, Charlotte Parnell, Dr Daniel Mensah, Matt Jenkins

DOI

Cynnwys

Crynodeb Gweithredol 5

Bwyd y gallwch ymddiried ynddo 5

Pryderon am fwyd 6

Diogeledd bwyd 7

Siopa am fwyd a labelu bwyd 7

Llwyfannau ar-lein 8

Bwydydd newydd 9

Diolchiadau 10

Cyflwyniad 11

Yr Asiantaeth Safonau Bwyd: ei rôl, ei chylch gwaith, a'i chyfrifoldebau 11

Bwyd a Chi 2: Cylch 7 11

Dehongli'r canfyddiadau 13

Pennod 1: Bwyd y gallwch ymddiried ynddo 14

Cyflwyniad 14

Hyder o ran diogelwch a dilysrwydd bwyd 14

Hyder yn y gadwyn cyflenwi bwyd 16

Ymwybyddiaeth o'r ASB ac ymddiriedaeth a hyder ynddi 19

Ymwybyddiaeth o'r ASB 19

Ymddiriedaeth yn yr ASB 24

Ymddiriedaeth mewn gwyddoniaeth a sefydliadau 26

Pennod 2: Pryderon am fwyd 28

Cyflwyniad 28

Pryderon cyffredin 28

Pennod 3: Diogeledd bwyd 36

Cyflwyniad 36

Diogeledd bwyd 37

Profiadau o ddiffyg diogeledd bwyd 38

Newidiadau i ymddygiadau sy'n gysylltiedig â bwyd 46

Defnyddio banciau bwyd 49
Archfarchnadoedd cymdeithasol 50
Pennod 4: Siopa am fwyd a labelu bwyd 55
Cyflwyniad 55
Beth mae’r ymatebwyr yn nodi eu bod yn chwilio amdano wrth brynu bwyd? 58
Safbwyntiau ar les anifeiliaid, tarddiad bwyd a diod ac effaith amgylcheddol bwyd 60
Hyder mewn labelu alergenau 65
Pennod 5: Llwyfannau ar-lein 67
Cyflwyniad 67
Pa lwyfannau ar-lein a ddefnyddir i archebu bwyd neu ddiod ar-lein? 68
Pa mor aml y mae’r ymatebwyr yn archebu bwyd neu ddiod trwy lwyfannau ar-lein? 72
Defnydd o’r Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd ar lwyfannau ar-lein 75
Gorsensitifrwydd i fwyd a defnyddio llwyfannau ar-lein 76
Pennod 6: Bwydydd newydd 79
Cyflwyniad 79
Ymwybyddiaeth o fwydydd sydd wedi bod yn destun golygu genynnau (GE), bwydydd wedi’u haddasu’n enetig (GM) a bwydydd wedi’u bridio’n fanwl 80
Ymwybyddiaeth a defnydd o Ganabidiol (CBD) 81
Atodiad A: Bwyd a Chi 2: Cylch 7 85
Cefndir 85
Methodoleg 86
Termau technegol a diffiniadau 88
Cyfeiriadau 90

Rhestr o'r ffigurau

Ffigur 1. Hyder bod y rheiny sy'n rhan o'r gadwyn cyflenwi bwyd yn sicrhau bod bwyd yn ddiogel i'w fwyta 18

Ffigur 2. Gwybodaeth am yr Asiantaeth Safonau Bwyd (ASB) 21

Ffigur 3. Ffactorau sy'n effeithio ar ymddiriedaeth mewn sefydliad 26

Ffigur 4. Y pryderon mwyaf cyffredin am fwyd a fynegwyd heb anogaeth. 29

Ffigur 5. Y pryderon mwyaf cyffredin am fwyd a fynegwyd gydag anogaeth 30

Ffigur 6. Lefel y pryder am bynciau sy'n ymwneud â bwyd 32

Ffigur 7. Diogeledd bwyd yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon 38

Ffigur 8. Profiadau o ddiogeledd bwyd yn ôl dosbarthiad diogeledd bwyd 39

Ffigur 9. Diogeledd bwyd yn ôl grŵp oedran 41

Ffigur 10. Diogeledd bwyd yn ôl incwm y cartref 42

Ffigur 11. Diogeledd bwyd yn ôl dosbarthiad economaidd-gymdeithasol (NS-SEC)43

Ffigur 12. Newidiadau mewn arferion bwyta ac ymddygiadau sy'n gysylltiedig â bwyd am resymau ariannol 46

Ffigur 13. Pa mor aml y defnyddir archfarchnadoedd cymdeithasol ymhlith defnyddwyr **Error! Bookmark not defined.**

Crynodeb Gweithredol

Arolwg 'Ystadegyn Swyddogol' yw Bwyd a Chi 2 a gomisiynir gan yr Asiantaeth Safonau Bwyd (ASB) ac a gynhelir ddwywaith y flwyddyn. Mae'r arolwg yn mesur gwybodaeth, agweddau ac arferion defnyddwyr o ran diogelwch bwyd a materion bwyd eraill ymhlith oedolion yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon fel y'u cofnodir gan y defnyddwyr eu hunain.

Cynhaliwyd y gwaith maes ar gyfer Bwyd a Chi 2: Cylch 7 rhwng 28 Ebrill 2023 a 10 Gorffennaf 2023.[1] Cafodd yr arolwg 'gwthio i'r we' *(push-to-web)* ei gwblhau gan gyfanswm o 5,812 o oedolion (16 oed neu hŷn) o 4,006 o gartrefi ledled Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon (gweler Atodiad A am ragor o wybodaeth am y fethodoleg).

Ymhlith y modiwlau a gyflwynir yn yr adroddiad hwn, mae 'Bwyd y gallwch ymddiried ynddo', 'Pryderon am fwyd', 'Diogeledd bwyd', 'Siopa am fwyd a labelu bwyd', 'Llwyfannau ar-lein' a 'Bwydydd newydd'.

Bwyd y gallwch ymddiried ynddo

Hyder o ran diogelwch a dilysrwydd bwyd

- Dywedodd 88% o'r ymatebwyr eu bod yn hyderus bod y bwyd y maen nhw'n ei brynu yn ddiogel i'w fwyta.
- Roedd 83% o'r ymatebwyr yn hyderus bod yr wybodaeth ar labeli bwyd yn gywir.

Hyder yn y gadwyn cyflenwi bwyd

- Dywedodd 68% o'r ymatebwyr fod ganddyn nhw hyder yn y gadwyn cyflenwi bwyd.

[1] Sylwer: Ym mis Tachwedd 2024, cywirwyd dyddiad y gwaith maes a nodwyd o 23 Ebrill i 28 Ebrill.

- Roedd yr ymatebwyr yn fwy tebygol o ddweud bod ganddyn nhw hyder mewn ffermwyr (84%) ac mewn siopau ac archfarchnadoedd (81%) nag mewn siopau tecawê (54%) a gwasanaethau dosbarthu bwyd (39%).

Ymwybyddiaeth o'r ASB ac ymddiriedaeth a hyder ynddi

- Roedd 89% o'r ymatebwyr wedi clywed am yr ASB.

- Dywedodd 69% o'r ymatebwyr a oedd yn meddu ar o leiaf rywfaint o wybodaeth am yr ASB eu bod yn ymddiried ynddi i sicrhau bod 'bwyd yn ddiogel ac yn cyd-fynd â'r hyn sydd ar y label'.

- Dywedodd 79% o'r ymatebwyr eu bod yn hyderus y gellir dibynnu ar yr ASB (neu'r asiantaeth lywodraethol sy'n gyfrifol am ddiogelwch bwyd) i ddiogelu'r cyhoedd rhag risgiau sy'n gysylltiedig â bwyd (fel gwenwyn bwyd neu adweithiau alergaidd a achosir gan fwyd). Roedd 76% yn hyderus bod yr ASB yn cymryd camau priodol pan gaiff risg sy'n gysylltiedig â bwyd ei nodi, ac roedd 72% yn hyderus bod yr ASB wedi ymrwymo i gyfathrebu'n agored â'r cyhoedd ynghylch risgiau sy'n gysylltiedig â bwyd.

Pryderon am fwyd

- Nid oedd gan 72% o'r ymatebwyr unrhyw bryderon am y bwyd maen nhw'n ei fwyta, a dim ond 28% o'r ymatebwyr a ddywedodd fod ganddyn nhw bryderon.

- Gofynnwyd i'r ymatebwyr a ddywedodd fod ganddyn nhw bryderon esbonio'n gryno eu pryderon am y bwyd maen nhw'n ei fwyta. Roedd y pryderon mwyaf cyffredin yn ymwneud â dulliau cynhyrchu bwyd (33%), maeth ac iechyd (30%), ac ansawdd bwyd (23%).

- Gofynnwyd i'r ymatebwyr ddweud a oedd ganddyn nhw bryderon am nifer o faterion sy'n gysylltiedig â bwyd, gan ddewis o blith rhestr o ddewisiadau. Y pryder mwyaf cyffredin oedd prisiau bwyd (72%), ac yna gwastraff bwyd

(58%), faint o siwgr sydd mewn bwyd (56%), ansawdd bwyd (56%), a faint o ddeunydd pecynnu a ddefnyddir (56%) .

Diogeledd bwyd

- Ledled Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon, cafodd 75% o'r ymatebwyr eu dosbarthu fel pobl â diogeledd bwyd (61% â diogeledd bwyd uchel, 14% â diogeledd bwyd ymylol), a chafodd 25% o'r ymatebwyr eu dosbarthu fel pobl â diffyg diogeledd bwyd (13% â diogeledd bwyd isel, 13% â diogeledd bwyd isel iawn).

- 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%).

- Dywedodd 4% o'r ymatebwyr eu bod wedi defnyddio banc bwyd neu ddarparwr bwyd brys arall yn ystod y 12 mis diwethaf. Nododd 94% o'r ymatebwyr nad oeddent wedi defnyddio'r un o'r rheiny.

- Dywedodd 5% o'r ymatebwyr eu bod wedi defnyddio archfarchnad gymdeithasol yn ystod y 12 mis diwethaf. Nododd 79% o'r ymatebwyr nad oeddent wedi gwneud hynny.

Siopa am fwyd a labelu bwyd

- Dywedodd 75% o'r ymatebwyr eu bod yn prynu bwyd o archfarchnad fawr, a nododd 51% eu bod yn prynu bwyd o archfarchnad fach tua unwaith yr wythnos neu'n amlach.

- Dywedodd 53% o'r ymatebwyr eu bod yn prynu bwyd o siopau annibynnol (siopau ffrwythau a llysiau, cigyddion, pobyddion, siopau pysgod); 47% eu bod yn prynu bwyd o siop gornel leol, siop bapurau newydd neu siop gorsaf

betrol; a 44% eu bod wedi prynu bwyd o farchnadoedd lleol/ffermwyr neu siopau fferm 2-3 gwaith y mis neu'n llai aml.

- Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr eu bod 'bob amser' neu 'y rhan fwyaf o'r amser' yn gwirio'r dyddiad 'defnyddio erbyn' (85%) neu'r dyddiad 'ar ei orau cyn' (84%) wrth brynu bwyd. Dywedodd yr ymatebwyr eu bod yn chwilio am y rhestr gynhwysion (52%), gwybodaeth am faeth (47%), y wlad tarddiad (48%), a logos cynlluniau sicrwydd bwyd (42%) tua hanner yr amser neu'n achlysurol.
- Roedd 83% o'r ymatebwyr sy'n siopa am fwyd ac sy'n gorfod ystyried rhywun ag alergedd neu anoddefiad bwyd yn hyderus bod yr wybodaeth a ddarperir ar labeli bwyd yn eu galluogi i nodi bwydydd a fydd yn achosi adwaith corfforol gwael neu annymunol.

Llwyfannau ar-lein

- Dywedodd 60% o'r ymatebwyr eu bod wedi archebu bwyd neu ddiod o wefannau bwytai, siopau tecawê neu gaffis, a nododd 54% eu bod wedi archebu bwyd gan gwmnïau archebu a dosbarthu ar-lein (er enghraifft, Just Eat, Deliveroo, Uber Eats).
- Roedd 28% o'r ymatebwyr wedi archebu bwyd trwy farchnad ar-lein (er enghraifft, Amazon, Gumtree, Etsy). Y llwyfannau a ddefnyddiwyd leiaf gan ymatebwyr oedd apiau rhannu bwyd (er enghraifft Olio, Too Good To Go) (14%) a llwyfannau cyfryngau cymdeithasol (er enghraifft, Facebook, Instagram, Nextdoor) (8%).
- Roedd 46% o'r ymatebwyr 'bob amser' neu 'y rhan fwyaf o'r amser' yn chwilio am sgoriau'r CSHB. Roedd 31% o'r ymatebwyr yn gwneud hyn tua hanner yr amser neu'n achlysurol, ac nid oedd 21% o'r ymatebwyr byth yn chwilio am sgôr hylendid wrth archebu bwyd a diod ar-lein.
- Ymhlith yr ymatebwyr hynny sydd â gorsensitifrwydd i fwyd, neu sy'n byw gyda rhywun sydd â gorsensitifrwydd i fwyd, roedd 18% bob amser yn

chwilio am wybodaeth a fyddai'n eu galluogi i nodi bwyd a allai achosi adwaith gwael neu annymunol iddynt. Roedd 41% yn chwilio am yr wybodaeth hon yn llai aml, ac nid oedd 37% byth yn chwilio am yr wybodaeth hon.

Bwydydd newydd

- Nododd yr ymatebwyr fod ganddyn nhw fwy o ymwybyddiaeth a gwybodaeth am fwyd a addaswyd yn enetig (GM) na bwyd sydd wedi bod yn destun golygu genynnau neu olygu genomau (GE) a bwyd wedi'i fridio'n fanwl. Er enghraifft, nid oedd 68% o'r ymatebwyr erioed wedi clywed am fwyd wedi'i fridio'n fanwl, nid oedd 41% o'r ymatebwyr erioed wedi clywed am fwyd GE, ac nid oedd 9% o'r ymatebwyr erioed wedi clywed am fwyd GM.
- Dywedodd 60% o'r ymatebwyr nad oeddent wedi defnyddio na bwyta Canabidiol (CBD), wrth i 14% o'r ymatebwyr nodi eu bod wedi defnyddio neu fwyta CBD.

Diolchiadau

Yn gyntaf oll, diolchwn i'r holl ymatebwyr am roi o'u hamser i gymryd rhan yn yr arolwg.

Hoffem ddiolch i'r tîm yn Ipsos a wnaeth gyfraniad sylweddol i'r prosiect, yn enwedig Kavita Deepchand, Kathryn Gallop, Stephen Finlay, Hannah Harding, Sally Horton, Dr Patten Smith, Kelly Ward, Ammeline Wang a Teodros Gebrekal.

Hoffem ddiolch i weithgor yr ASB, yr Uned Iaith Gymraeg, a'n cydweithwyr yn yr ASB – Joanna Disson a Clifton Gay.

Yn olaf, diolch i'n hadolygydd allanol, yr Athro George Gaskell, am ei gyfarwyddyd a'i arweiniad gwerthfawr.

Awduron: Dr Beth Armstrong, Lucy King, Robin Clifford, Mark Jitlal, Katie Mears, Charlotte Parnell, Dr Daniel Mensah, Matt Jenkins.

Cyflwyniad

Yr Asiantaeth Safonau Bwyd: ei rôl, ei chylch gwaith, a'i chyfrifoldebau

Mae'r Asiantaeth Safonau Bwyd (ASB) yn adran anweinidogol o'r llywodraeth sy'n gweithio i ddiogelu iechyd y cyhoedd a buddiannau ehangach defnyddwyr mewn perthynas â bwyd yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon.[2] Cenhadaeth gyffredinol yr ASB yw sicrhau 'bwyd y gallwch ymddiried ynddo'. Gweledigaeth yr ASB, fel y'i nodir yn strategaeth 2022-2027, yw system fwyd sy'n gwireddu'r gosodiadau canlynol:

- Mae bwyd yn ddiogel
- Mae bwyd yn cyd-fynd â'r hyn sydd ar y label
- Mae bwyd yn iachach ac yn fwy cynaliadwy

Bwriedir i arolwg Bwyd a Chi 2 fonitro cynnydd yr ASB yn erbyn y weledigaeth hon a llywio penderfyniadau polisi trwy fesur yn rheolaidd yr wybodaeth, yr agweddau a'r ymddygiadau o ran diogelwch bwyd a materion bwyd eraill a gofnodir gan ddefnyddwyr eu hunain yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon.

Bwyd a Chi 2: Cylch 7

Casglwyd data Bwyd a Chi 2: Cylch 7 rhwng 28 Ebrill 2023 a 10 Gorffennaf 2023.[3] Cwblhawyd yr arolwg gan 5,812 o oedolion (16 oed neu hŷn) o 4,006 o

[2] Yn yr Alban, y swyddfa anweinidogol, Safonau Bwyd yr Alban, sy'n gyfrifol am wella maeth, sicrhau bod bwyd yn ddiogel i'w fwyta, a sicrhau bod defnyddwyr yn gwybod beth maen nhw'n ei fwyta.

[3] Sylwer: Ym mis Tachwedd 2024, cywirwyd dyddiad y gwaith maes a nodwyd o 23 Ebrill i 28 Ebrill.

gartrefi ledled Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon (sef cyfradd ymateb gyffredinol o 27.6%).

Casglwyd data Bwyd a Chi 2: Cylch 7 yn ystod cyfnod lle cafwyd y lefelau uchaf o chwyddiant blynyddol ym mhris bwyd a diodydd di-alcohol ers 1977.[4] Disgwylir y bydd yr amgylchiadau hyn wedi cael effaith sylweddol ar ymddygiadau pobl mewn perthynas â bwyd, er enghraifft, sut a ble mae pobl yn prynu a bwyta bwyd, ac ar lefelau diffyg diogeledd bwyd yn y cartref.[5]

Arolwg modiwlaidd yw Bwyd a Chi 2, gyda modiwlau 'craidd' sy'n cael eu cynnwys ym mhob cylch, modiwlau 'cylchdro' sy'n cael eu hailadrodd bob blwyddyn neu bob dwy flynedd, a modiwlau 'untro' sy'n mynd i'r afael â materion cyfoes o ddiddordeb. Mae'r modiwlau a gyflwynir yn yr adroddiad hwn yn cynnwys y canlynol: 'Bwyd y gallwch ymddiried ynddo' (craidd); 'Pryderon am fwyd' (craidd); 'Diogeledd bwyd' (craidd); 'Siopa a labelu bwyd' (cylchdro), 'Llwyfannau ar-lein' (cylchdro) a 'Bwydydd newydd' (cylchdro).

Mae'r adroddiad hwn yn cyflwyno prif ganfyddiadau arolwg Bwyd a Chi 2: Cylch 7. Nid yw'r holl gwestiynau a ofynnwyd yn arolwg Cylch 7 wedi'u cynnwys yn yr adroddiad. Mae'r canlyniadau llawn ar gael yn y tablau data a'r set ddata lawn cysylltiedig.

---

[4] Gweler Mewnwelediadau cost byw: Bwyd (ONS).

[5] Er enghraifft, adroddiad arolwg tracio mewnwelediad defnyddwyr: canfyddiadau allweddol rhwng Rhagfyr 2021 a Mawrth 2022 (2022), yr ASB. The UK Public's Interests, Needs and Concerns Around Food (2022), Bright Harbour. Food in a pandemic (2021) yr ASB. Family Resources Survey (FRS): blwyddyn ariannol 2020 i 2021 (2021), DWP. Mae'r FRS yn gofyn i'r ymatebwyr roi gwybod am eu profiadau o ddiffyg diogeledd bwyd yn ystod y 30 diwrnod diwethaf, felly ni ellir cymharu'r ymatebion ag arolwg Bwyd a Chi 2.

Dehongli’r canfyddiadau

I dynnu sylw at y prif wahaniaethau rhwng grwpiau cymdeithasol-ddemograffig ac is-grwpiau eraill, dim ond pan fo’r gwahaniaethau absoliwt yn 10 pwynt canrannol neu fwy ac yn ystadegol arwyddocaol ar y lefel 5% ($p < 0.05$) y byddwn fel arfer yn tynnu sylw at wahaniaethau yn y proffiliau ymateb. Fodd bynnag, mae rhai gwahaniaethau rhwng grwpiau cymdeithasol-ddemograffig ac is-grwpiau eraill wedi’u cynnwys pan fo’r gwahaniaeth yn llai na 10 pwynt canrannol, a hynny os tybir bod y canfyddiad yn nodedig neu’n ddiddorol. Rhoddir seren ddwbl (**) i nodi’r gwahaniaethau hyn. Mae seren sengl yn nodi nad yw’r gwerth yn cael ei adrodd gan fod maint y sylfaen yn is na 100, ac o ganlyniad, efallai nad yw’n gynrychioliadol o’r boblogaeth (*).

Mewn rhai achosion, nid oedd yn bosib cynnwys data pob is-grŵp, ond mae’r fath ddadansoddiadau ar gael yn y set ddata lawn a’r tablau. Darperir gwybodaeth bwysig am bob cwestiwn yr adroddir amdano yn y troednodiadau, gan gynnwys:

- Geiriad y cwestiwn (cwestiwn) a’r opsiynau ymateb (ymateb).
- Nifer yr ymatebwyr y cyflwynwyd y cwestiwn iddynt, a disgrifiad o’r ymatebwyr a atebodd y cwestiwn (sylfaen = N).
- Mae ‘Sylwer:’ yn tynnu sylw at bwyntiau pwysig i’w hystyried wrth ddehongli’r canlyniadau.

Pennod 1: Bwyd y gallwch ymddiried ynddo

Cyflwyniad

Cenhadaeth gyffredinol yr ASB yw sicrhau ‘bwyd y gallwch ymddiried ynddo’. Gweledigaeth yr ASB yw system fwyd sy’n bodloni’r gosodiadau canlynol:

- Mae bwyd yn ddiogel
- Mae bwyd yn cyd-fynd â’r hyn sydd ar y label
- Mae bwyd yn iachach ac yn fwy cynaliadwy

Mae’r bennod hon yn rhoi trosolwg o ymwybyddiaeth ymatebwyr o’r ASB a’u hymddiriedaeth ynddi, yn ogystal â’u hyder mewn diogelwch bwyd a chywirdeb yr wybodaeth a ddarperir ar labeli bwyd.

Hyder o ran diogelwch a dilysrwydd bwyd

Dywedodd y rhan fwyaf o’r ymatebwyr eu bod yn hyderus o ran diogelwch a dilysrwydd bwyd (hynny yw, eu bod yn ‘hyderus iawn’ neu’n ‘eithaf hyderus’). Dywedodd 88% o’r ymatebwyr eu bod yn hyderus bod y bwyd y maen nhw’n ei brynu’n ddiogel i’w fwyta; a dywedodd 83% o’r ymatebwyr eu bod yn hyderus bod yr wybodaeth ar labeli bwyd yn gywir.[6]

Roedd hyder o ran diogelwch bwyd yn amrywio rhwng gwahanol gategorïau o bobl yn y ffyrdd canlynol:

[6] Cwestiwn: Pa mor hyderus ydych chi bod… a) y bwyd rydych chi’n ei brynu i’w fwyta’n ddiogel i’w fwyta? b) yr wybodaeth ar labeli bwyd yn gywir (er enghraifft, cynhwysion, gwybodaeth am faeth, gwlad tarddiad)? Ymatebion: hyderus iawn, gweddol hyderus, ddim yn hyderus iawn, ddim yn hyderus o gwbl, mae’n amrywio, ddim yn gwybod. Sylfaen = 5812, yr holl ymatebwyr.

- Grŵp oedran: Roedd yr ymatebwyr hŷn yn fwy tebygol o fod yn hyderus bod y bwyd maen nhw'n ei brynu'n ddiogel i'w fwyta nag oedolion iau (er enghraifft, 85% o'r rheiny rhwng 25 a 34 oed o gymharu â 93% o'r rheiny sy'n 75 oed neu'n hŷn)**.

- Incwm blynyddol y cartref: Roedd yr ymatebwyr ag incwm uwch yn fwy tebygol o fod yn hyderus bod y bwyd y maen nhw'n ei brynu'n ddiogel i'w fwyta o gymharu â'r ymatebwyr ag incwm is, (er enghraifft, roedd 94% o'r rheiny ag incwm rhwng £64,000 a £95,999 yn hyderus o gymharu ag 86% o'r rheiny ag incwm rhwng £19,000 a £31,999)**.

- NS-SEC[7]: Roedd yr ymatebwyr â galwedigaethau (er enghraifft, 90% o'r rheiny mewn galwedigaethau rheoli, gweinyddol, a phroffesiynol) a myfyrwyr amser llawn (86%) yn fwy tebygol o fod yn hyderus bod y bwyd y maen nhw'n ei brynu'n ddiogel na'r ymatebwyr hynny a oedd yn ddi-waith yn y tymor hir a/neu erioed wedi gweithio (77%).

- Diogeledd bwyd: Roedd yr ymatebwyr a oedd â lefelau uwch o ddiogeledd bwyd yn fwy tebygol o fod yn hyderus bod y bwyd y maen nhw'n ei brynu'n ddiogel i'w fwyta o gymharu â'r rhai a oedd â lefelau is o ddiogeledd bwyd (er enghraifft, 93% o'r rheiny â diogeledd bwyd uchel o gymharu â 79% o'r rheiny â diogeledd bwyd isel iawn).

- Grŵp ethnig: Roedd yr ymatebwyr gwyn (91%) yn fwy tebygol o fod yn hyderus bod y bwyd y maen nhw'n ei brynu'n ddiogel i'w fwyta nag ymatebwyr Asiaidd neu Asiaidd Prydeinig (80%).[8]

---

[7] System ddosbarthu yw Dosbarthiad Economaidd-gymdeithasol Ystadegau Gwladol (NS-SEC) sy'n awgrymu sefyllfa economaidd-gymdeithasol unigolion ar sail statws cyflogaeth a galwedigaeth.

[8] Sylwer: nid adroddir am ffigurau grwpiau ethnig eraill oherwydd maint sylfaen / sampl isel.

- Cyfrifoldeb dros goginio: Roedd yr ymatebwyr sy'n gyfrifol am goginio (89%) yn fwy tebygol o fod yn hyderus bod y bwyd y maen nhw'n ei brynu'n ddiogel i'w fwyta na'r rheiny nad ydyn nhw'n coginio (76%).

- Cyfrifoldeb dros siopa am fwyd: Roedd yr ymatebwyr sy'n gyfrifol am siopa am fwyd (89%) yn fwy tebygol o fod yn hyderus bod y bwyd y maen nhw'n ei brynu'n ddiogel i'w fwyta na'r rheiny nad ydyn nhw'n siopa am fwyd (79%).

Roedd hyder yng nghywirdeb yr wybodaeth ar labeli bwyd yn amrywio rhwng gwahanol gategorïau o bobl yn y ffyrdd canlynol:

- NS-SEC: Roedd yr ymatebwyr â galwedigaethau (er enghraifft, 85% o'r rheiny mewn galwedigaethau canolradd) a myfyrwyr amser llawn (88%) yn fwy tebygol o ddweud bod ganddynt hyder yng nghywirdeb labeli bwyd na'r rheiny a oedd yn ddi-waith yn y tymor hir a/neu erioed wedi gweithio (63%).

- Diogeledd bwyd: Roedd yr ymatebwyr â diogeledd bwyd uchel (86%), ymylol (87%) ac isel (83%) yn fwy tebygol o nodi hyder yng nghywirdeb labeli bwyd na'r rheiny â diogeledd bwyd isel iawn (74%).

- Cyfrifoldeb dros goginio: Roedd yr ymatebwyr sy'n gyfrifol am goginio (84%) yn fwy tebygol o ddweud bod ganddyn nhw hyder yng nghywirdeb labeli na'r rheiny nad ydyn nhw'n coginio (74%).

Hyder yn y gadwyn cyflenwi bwyd

Dywedodd tua dwy ran o dair o'r ymatebwyr (68%) fod ganddyn nhw hyder (hynny yw, eu bod yn hyderus iawn neu'n eithaf hyderus) yn y gadwyn cyflenwi bwyd.[9]

---

[9] Cwestiwn: Pa mor hyderus ydych chi yn y gadwyn cyflenwi bwyd? Hynny yw, yr holl brosesau sydd ynghlwm wrth ddod â bwyd i'ch bwrdd. Ymatebion: hyderus iawn, gweddol hyderus, ddim yn hyderus iawn, ddim yn hyderus o gwbl, mae'n amrywio, ddim yn gwybod. Sylfaen = 5,812 – yr holl ymatebwyr.

Roedd hyder yn y gadwyn cyflenwi bwyd yn amrywio rhwng gwahanol gategorïau o bobl yn y ffyrdd canlynol:

- Grŵp oedran: Roedd yr ymatebwyr 75 oed neu hŷn (78%) yn fwy tebygol o nodi bod ganddyn nhw hyder yn y gadwyn cyflenwi bwyd na'r rheiny 54 oed neu'n iau (er enghraifft, 60% o'r rheiny rhwng 25 a 34 oed).

- NS-SEC: Roedd yr ymatebwyr â galwedigaethau (er enghraifft, 78% o gyflogwyr bach a gweithwyr ar eu liwt eu hunain) a myfyrwyr amser llawn (72%) yn fwy tebygol o ddweud bod ganddyn nhw hyder yn y gadwyn cyflenwi bwyd na'r rheiny a oedd yn ddi-waith yn y tymor hir a/neu erioed wedi gweithio (57%).

- Rhanbarth (Lloegr)[10]: Roedd hyder yn y gadwyn cyflenwi bwyd yn amrywio fesul rhanbarth. Er enghraifft, roedd 74% o'r ymatebwyr yng Ngogledd-ddwyrain Lloegr a 72% o'r rheiny yn Ne-orllewin Lloegr yn hyderus yn y gadwyn cyflenwi bwyd o gymharu â 58% o'r rheiny yn Llundain Fwyaf**.

- Diogeledd bwyd: Roedd yr ymatebwyr a oedd â lefelau uwch o ddiogeledd bwyd yn fwy tebygol o nodi eu bod yn hyderus yn y gadwyn cyflenwi bwyd na'r rheiny a oedd â lefelau is o ddiogeledd bwyd (er enghraifft, 72% o'r rheiny â diogeledd bwyd uchel o gymharu ag 57% o'r rheiny â diogeledd bwyd isel iawn).

- Grŵp ethnig: Roedd yr ymatebwyr gwyn (71%) yn fwy tebygol o ddweud bod ganddyn nhw hyder yn y gadwyn cyflenwi bwyd na'r ymatebwyr Asiaidd neu Asiaidd Prydeinig (57%).[11]

- Gorsensitifrwydd i fwyd: Roedd yr ymatebwyr ag alergedd bwyd (73%) a'r rheiny nad oes ganddyn nhw orsensitifrwydd i fwyd (70%) yn fwy tebygol o

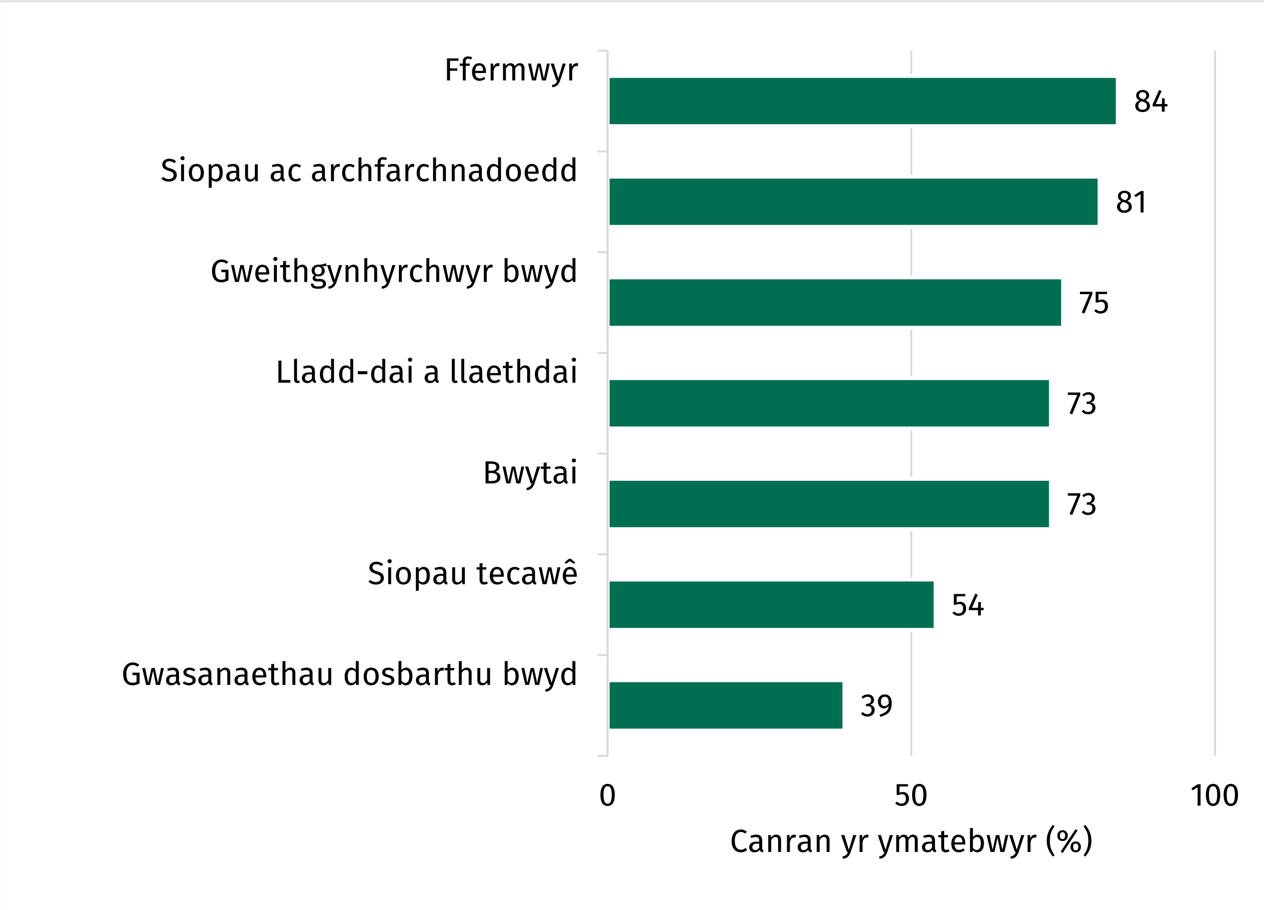
---

[10] Dim ond yn Lloegr yr ystyriwyd gwahaniaethau rhanbarthol oherwydd bod maint sampl/sylfaen isel yng Nghymru a Gogledd Iwerddon.

[11] Sylwer: nid adroddir am ffigurau grwpiau ethnig eraill oherwydd maint sylfaen / sampl isel.

nodi bod ganddyn nhw hyder yn y gadwyn cyflenwi bwyd o gymharu â'r ymatebwyr ag anoddefiad bwyd (59%).

Ffigur 1. Hyder bod y rheiny sy'n rhan o'r gadwyn cyflenwi bwyd yn sicrhau bod bwyd yn ddiogel i'w fwyta



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 7

Gofynnwyd i'r ymatebwyr nodi pa mor hyderus oeddent fod y rheiny sydd â rhan allweddol yn y gadwyn cyflenwi bwyd yn sicrhau bod y bwyd y maen nhw'n ei brynu'n ddiogel i'w fwyta. Roedd yr ymatebwyr yn fwy tebygol o ddweud bod ganddynt hyder (hynny yw, yn hyderus iawn neu'n weddol hyderus) mewn ffermwyr (84%) ac mewn siopau ac archfarchnadoedd (81%) nag mewn siopau tecawê (54%) a gwasanaethau dosbarthu bwyd, er enghraifft Just Eat, Deliveroo, Uber Eats (39%). Dywedodd bron i un o bob pedwar o'r ymatebwyr (24%) nad ydyn

nhw'n gwybod pa mor hyderus ydyn nhw bod gwasanaethau dosbarthu bwyd yn sicrhau bod y bwyd y maen nhw'n yn ei brynu'n ddiogel i'w fwyta (Ffigur 1).[12]

Ymwybyddiaeth o'r ASB ac ymddiriedaeth a hyder ynddi

Ymwybyddiaeth o'r ASB

Roedd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr (89%) wedi clywed am yr ASB.[13]

---

[12] Cwestiwn: Pa mor hyderus ydych chi bod… A) Ffermwyr, B) Lladd-dai a llaethdai, C) Gwneuthurwyr bwyd, er enghraifft ffatrïoedd, D) Siopau ac archfarchnadoedd, E) Bwytai, F) Siopau tecawê, G) Gwasanaethau dosbarthu bwyd, er enghraifft Just Eat, Deliveroo, Uber Eats… yn y DU (ac yn Iwerddon) yn sicrhau bod y bwyd rydych chi'n ei brynu yn ddiogel i'w fwyta? Ymatebion: Hyderus iawn, Gweddol hyderus, Ddim yn hyderus iawn, Ddim yn hyderus o gwbl, Mae'n amrywio, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 5812, pawb a ymatebodd ar-lein a'r rheiny a wnaeth gwblhau'r arolwg papur 'Bwyta Allan'.

[13] Cwestiwn: Pa rai o'r cyrff canlynol, os unrhyw rai, ydych chi wedi clywed amdanynt? Dewiswch bob un sy'n berthnasol. Ymatebion: Yr Asiantaeth Safonau Bwyd (ASB), (Lloegr) Adran yr Amgylchedd, Bwyd a Materion Gwledig (Defra), (Lloegr) Y Swyddfa Gwella Iechyd a Gwahaniaethau, (Lloegr) Asiantaeth yr Amgylchedd, (Lloegr) Asiantaeth Diogelwch Iechyd y DU, (Cymru a Lloegr) Yr Awdurdod Gweithredol Iechyd a Diogelwch (HSE), (Cymru) Iechyd Cyhoeddus Cymru, (Cymru) Cyfoeth Naturiol Cymru, (Gogledd Iwerddon) Asiantaeth Iechyd y Cyhoedd (PHA), (Gogledd Iwerddon) Adran Amaethyddiaeth, yr Amgylchedd a Materion Gwledig (DAERA), (Gogledd Iwerddon) Gweithrediaeth Iechyd a Diogelwch Gogledd Iwerddon (HSENI), (Gogledd Iwerddon) Safefood, Dim un o'r rhain. Sylfaen = 3617, pawb a ymatebodd ar-lein. Sylwer: Roedd yr holl ddefnyddwyr a gymerodd ran yn yr arolwg wedi cael gwahoddiad i gymryd rhan yn yr arolwg, a wnaeth grybwyll yr ASB. Mae diffyg ymateb yn dangos nad oedd yr ymatebydd wedi clywed am y sefydliad neu nad oedd wedi ateb y cwestiwn.

Roedd ymwybyddiaeth o'r ASB yn amrywio rhwng gwahanol gategorïau o bobl yn y ffyrdd canlynol:

- Grŵp oedran: Roedd yr ymatebwyr hŷn yn fwy tebygol o fod wedi clywed am yr ASB na'r ymatebwyr iau. Er enghraifft, dywedodd 97% o'r rheiny rhwng 65 a 74 oed eu bod wedi clywed am yr ASB, o gymharu â 74% o'r rheiny rhwng 16 a 24 oed.

- Maint y cartref: Roedd yr ymatebwyr a oedd yn byw mewn cartrefi llai yn fwy tebygol o fod wedi clywed am yr ASB na'r rheiny a oedd yn byw mewn cartrefi mwy. Er enghraifft, roedd 95% o'r rheiny a oedd yn byw mewn cartrefi un person wedi clywed am yr ASB o gymharu ag 82% o'r rheiny a oedd yn byw mewn cartrefi gyda phum person neu fwy.

- Incwm blynyddol y cartref: Roedd yr ymatebwyr ag incwm uwch yn fwy tebygol o fod wedi clywed am yr ASB na'r rheiny ag incwm is. Er enghraifft, dywedodd 97% o'r ymatebwyr ag incwm rhwng £64,000 a £95,999 eu bod wedi clywed am yr ASB o gymharu ag 82% o'r rheiny ag incwm llai nag £19,000.

- NS-SEC: Roedd yr ymatebwyr yn y rhan fwyaf o grwpiau galwedigaethol (er enghraifft, 96% o'r rheiny mewn galwedigaethau canolradd) yn fwy tebygol o fod wedi clywed am yr ASB na myfyrwyr amser llawn (72%) a'r rheiny a oedd yn ddi-waith yn y tymor hir a/neu erioed wedi gweithio (56%).

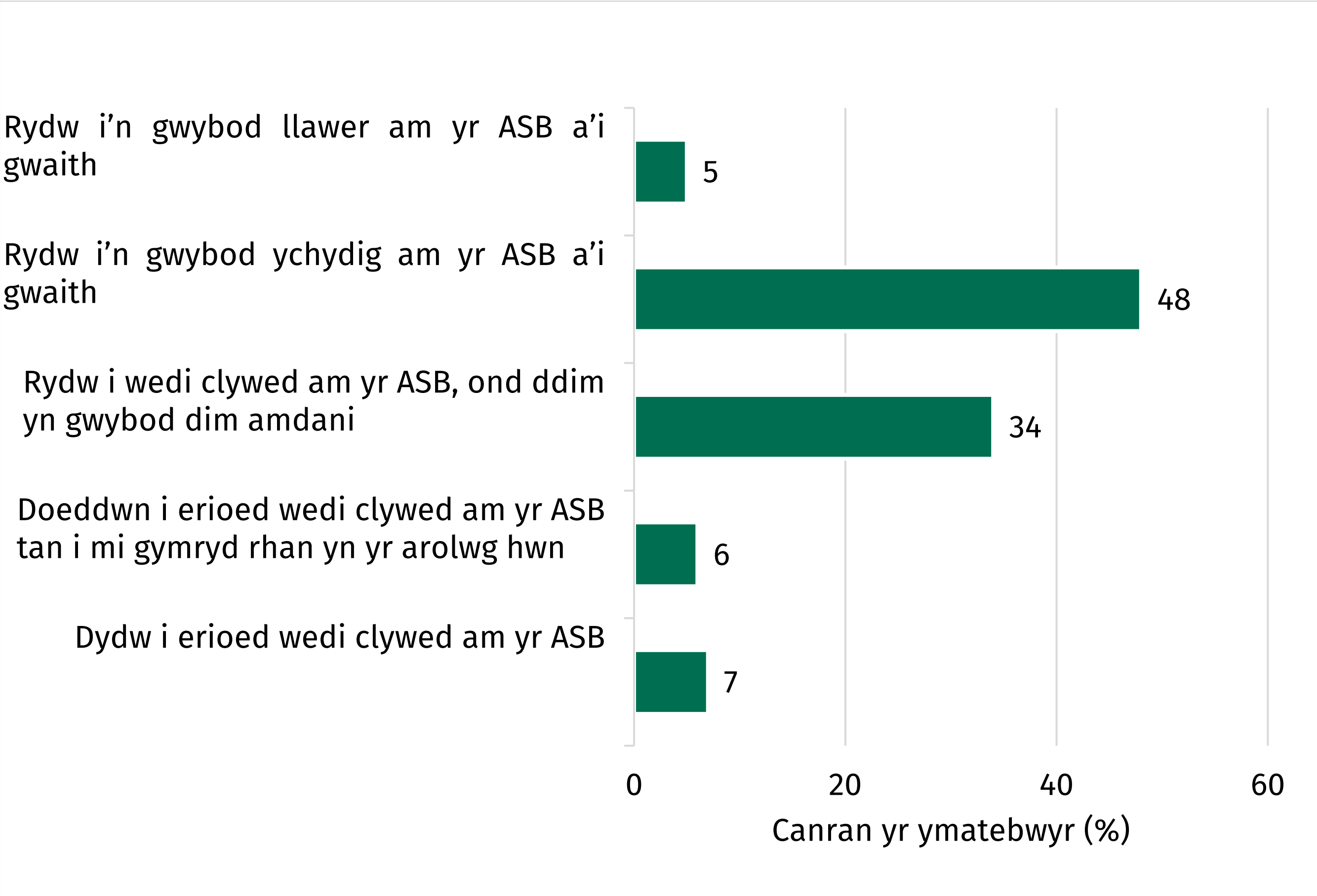
- Diogeledd bwyd: Roedd yr ymatebwyr a oedd â lefelau uwch o ddiogeledd bwyd yn fwy tebygol o fod wedi clywed am yr ASB na'r ymatebwyr a oedd â lefelau is o ddiogeledd bwyd (er enghraifft, 92% o'r rheiny â diogeledd bwyd uchel o gymharu ag 82% o'r rheiny â diogeledd bwyd isel).

- Grŵp ethnig: Roedd yr ymatebwyr gwyn (92%) yn fwy tebygol o fod wedi clywed am yr ASB o gymharu â'r ymatebwyr Asiaidd neu Asiaidd Prydeinig (71%).[14]

- Cyfrifoldeb dros goginio: Roedd yr ymatebwyr sy'n gyfrifol am goginio (90%) yn fwy tebygol o fod wedi clywed am yr ASB na'r rheiny nad ydyn nhw'n coginio (69%).

- Cyfrifoldeb dros siopa am fwyd: Roedd yr ymatebwyr sydd yn gyfrifol am siopa am fwyd (90%) yn fwy tebygol o fod wedi clywed am yr ASB na'r rheiny nad ydyn nhw byth yn siopa am fwyd (70%).

Ffigur 2. Gwybodaeth am yr Asiantaeth Safonau Bwyd (ASB)



[14] Sylwer: nid adroddir am ffigurau grwpiau ethnig eraill oherwydd maint sylfaen / sampl isel.

Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 7

Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr eu bod yn gwybod o leiaf rywfaint am yr ASB; dywedodd 5% eu bod yn gwybod llawer am yr ASB a'i gwaith; a dywedodd 48% eu bod yn gwybod ychydig am yr ASB a'i gwaith. Dywedodd tua thraean (34%) o'r ymatebwyr eu bod wedi clywed am yr ASB ond nad oedden nhw'n gwybod dim amdani. Dywedodd 6% nad oedden nhw wedi clywed am yr ASB cyn iddyn nhw gael gwahoddiad i gymryd rhan yn arolwg Bwyd a Chi 2, a dywedodd 7% nad oedden nhw erioed wedi clywed am yr ASB (Ffigur 2).[15]

Roedd gwybodaeth am yr ASB yn amrywio rhwng gwahanol gategorïau o bobl yn y ffyrdd canlynol:

- Grŵp oedran: Roedd yr ymatebwyr rhwng 35 a 74 oed (er enghraifft, 63% o'r rheiny rhwng 45 a 54 oed) yn fwy tebygol o ddweud eu bod yn gwybod am yr ASB, o gymharu â'r ymatebwyr iau (36% o'r rheiny rhwng 16 a 24 oed) neu'r ymatebwyr hynaf (47% o'r rheiny 75 oed a hŷn).

- Incwm blynyddol y cartref: Roedd yr ymatebwyr ag incwm uwch yn fwy tebygol o ddweud eu bod yn gwybod am yr ASB o gymharu â'r ymatebwyr ag incwm is (er enghraifft, 63% o'r rheiny ag incwm rhwng £32,000 a £63,999 o gymharu â 46% o'r rheiny ag incwm o lai nag £19,000).

- NS-SEC: Roedd yr ymatebwyr mewn galwedigaethau rheoli, gweinyddol a phroffesiynol (60%) yn fwy tebygol o ddweud eu bod yn gwybod am yr ASB

[15] Cwestiwn: Faint, os o gwbl, ydych chi'n ei wybod am yr Asiantaeth Safonau Bwyd, a adwaenir hefyd fel yr ASB? Ymateb: Rwy'n gwybod llawer am yr ASB a'i gwaith, Rwy'n gwybod ychydig am yr ASB a'i gwaith, Rwyf wedi clywed am yr ASB ond dydw i ddim yn gwybod dim amdani, Doeddwn i ddim wedi clywed am yr ASB nes i mi gael gwahoddiad i gymryd rhan yn yr arolwg hwn, Dydw i erioed wedi clywed am yr ASB. Sylfaen = 5812, pawb a ymatebodd. Sylwer: Roedd yr holl ddefnyddwyr a gymerodd ran yn yr arolwg wedi cael gwahoddiad i gymryd rhan yn yr arolwg, a wnaeth grybwyll yr ASB.

na’r rheiny mewn galwedigaethau eraill (er enghraifft, 47% o’r rheiny mewn galwedigaethau gwaith ailadroddus a lled-ailadroddus). Y rheiny a oedd yn ddi-waith am gyfnod hir a/neu nad oedden nhw erioed wedi gweithio (31%) a myfyrwyr amser llawn (36%) oedd lleiaf tebygol o ddweud eu bod yn gwybod am yr ASB.

- Rhanbarth (Lloegr)[16]: Roedd gwybodaeth am yr ASB yn amrywio fesul rhanbarth. Er enghraifft, dywedodd 61% o’r ymatebwyr yn Ne-orllewin Lloegr eu bod yn gwybod am yr ASB o gymharu â 41% o’r rheiny yn Llundain Fwyaf a 48% o’r rheiny yn Nwyrain Lloegr.

- Trefol / gwledig: Roedd yr ymatebwyr mewn ardaloedd gwledig (61%) yn fwy tebygol o ddweud eu bod yn gwybod am yr ASB na’r rheiny mewn ardaloedd trefol (52%)**.

- Grŵp ethnig: Roedd yr ymatebwyr gwyn (55%) yn fwy tebygol o ddweud eu bod yn gwybod am yr ASB nag ymatebwyr Asiaidd neu Asiaidd Prydeinig (42%).[17]

- Gorsensitifrwydd i fwyd: Roedd yr ymatebwyr ag alergedd bwyd (63%) yn fwy tebygol o ddweud eu bod yn gwybod am yr ASB na’r ymatebwyr heb orsensitifrwydd i fwyd (53%).

- Cyfrifoldeb dros goginio: Roedd yr ymatebwyr sy’n gyfrifol am goginio (55%) yn fwy tebygol o ddweud eu bod yn gwybod am yr ASB o gymharu â’r rheiny nad ydyn nhw’n coginio (35%).

---

[16] Dim ond yn Lloegr yr ystyriwyd gwahaniaethau rhanbarthol oherwydd y maint sampl/sylfaen isel yng Nghymru a Gogledd Iwerddon.

[17] Sylwer: nid adroddir am ffigurau grwpiau ethnig eraill oherwydd maint sylfaen / sampl isel.

- Cyfrifoldeb dros siopa am fwyd: Roedd yr ymatebwyr sy'n gyfrifol am siopa am fwyd (56%) yn fwy tebygol o ddweud eu bod yn gwybod am yr ASB na'r rheiny nad ydyn nhw byth yn siopa (28%).

Ymddiriedaeth yn yr ASB

Gofynnwyd i'r ymatebwyr a oedd ag o leiaf rywfaint o wybodaeth am yr ASB i ba raddau yr oeddent yn ymddiried yn yr ASB i wneud ei gwaith, hynny yw sicrhau bod bwyd yn ddiogel ac yn cyd-fynd â'r hyn sydd ar y label. Dywedodd y rhan fwyaf (69%) o'r ymatebwyr eu bod yn ymddiried yn yr ASB i wneud ei gwaith. Nid oedd 27% o'r ymatebwyr yn ymddiried ynddi y naill ffordd na'r llall i wneud ei gwaith, a dywedodd 2% o'r ymatebwyr nad oedden nhw'n ymddiried yn yr ASB i wneud hyn.[18]

Roedd ymddiriedaeth yn yr ASB yn amrywio rhwng gwahanol gategorïau o bobl yn y ffyrdd canlynol:

- Grŵp oedran: Roedd yr ymatebwyr iau yn fwy tebygol o ddweud eu bod yn ymddiried yn yr ASB i wneud ei gwaith na'r ymatebwyr hŷn. Er enghraifft, dywedodd 83% o'r ymatebwyr 16-24 oed eu bod yn ymddiried yn yr ASB i wneud ei gwaith, o gymharu â 65% o'r rheiny 65-74 oed.

- Maint y cartref: Roedd yr ymatebwyr a oedd yn byw mewn cartrefi mwy yn fwy tebygol o ddweud eu bod yn ymddiried yn yr ASB i wneud ei gwaith na'r rheiny a oedd yn byw mewn cartrefi llai. Er enghraifft, dywedodd 81% o'r

[18] Cwestiwn: I ba raddau rydych chi'n ymddiried yn yr Asiantaeth Safonau Bwyd i gyflawni ei gwaith? Hynny yw, sicrhau bod bwyd yn ddiogel ac yn cyd-fynd â'r hyn sydd ar y label. Ymatebion: Rwy'n ymddiried ynddi'n fawr, Rwy'n ymddiried ynddi, Dydw i ddim yn ymddiried ynddi y naill ffordd na'r llall, Dydw i ddim yn ymddiried ynddi, Dydw i ddim yn ymddiried ynddi o gwbl, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 3323, yr holl ymatebwyr a oedd yn gwybod llawer neu ychydig am yr ASB a'i gwaith. Sylwer: Cyfeirir at 'Rwy'n ymddiried ynddi'n fawr' ac 'Rwy'n ymddiried ynddi' fel 'ymddiriedaeth'.

ymatebwyr a oedd yn byw mewn cartrefi 4 person eu bod yn ymddiried yn yr ASB i wneud ei gwaith, o gymharu â 62% o'r rheiny mewn cartrefi 1 person.

Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr eu bod yn hyderus y gellir dibynnu ar yr ASB (neu'r asiantaeth o'r llywodraeth sy'n gyfrifol am ddiogelwch bwyd) i ddiogelu'r cyhoedd rhag risgiau sy'n gysylltiedig â bwyd (fel gwenwyn bwyd neu adweithiau alergaidd rhag bwyd) (79%). Roedd tua thri chwarter o'r ymatebwyr yn hyderus bod yr ASB yn cymryd camau priodol os nodir risg sy'n gysylltiedig â bwyd (76%), ac roeddent yn hyderus bod yr ASB wedi ymrwymo i gyfathrebu'n agored â'r cyhoedd am risgiau sy'n gysylltiedig â bwyd (72%).[19]

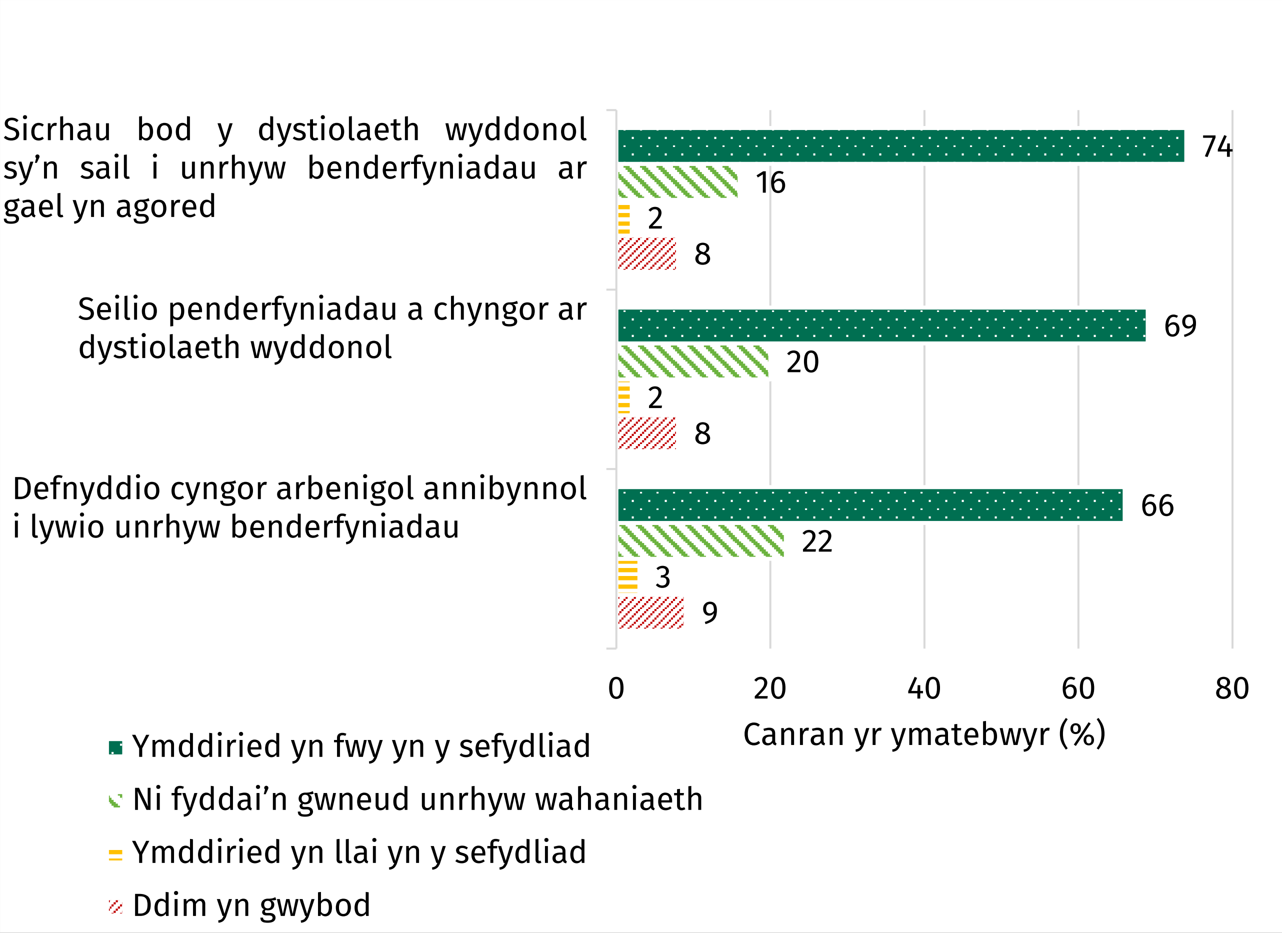
---

[19] Cwestiwn: Wrth feddwl am yr Asiantaeth Safonau Bwyd / yr asiantaeth o'r llywodraeth sy'n gyfrifol am ddiogelwch bwyd yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon, pa mor hyderus ydych chi…a) y gellir dibynnu arni i ddiogelu'r cyhoedd rhag risgiau sy'n ymwneud â bwyd (fel gwenwyn bwyd neu adweithiau alergaidd a achosir gan fwyd); b) ei bod wedi ymrwymo i gyfathrebu'n agored â'r cyhoedd am risgiau sy'n gysylltiedig â bwyd; c) ei bod yn cymryd camau priodol os nodir risg sy'n gysylltiedig â bwyd? Ymatebion: hyderus iawn, eithaf hyderus, ddim yn hyderus iawn, ddim yn hyderus o gwbl, ddim yn gwybod. Sylfaen = 5812, pawb a ymatebodd. Sylwer: mae'r ymatebwyr a nododd 'hyderus iawn' ac 'eithaf hyderus' yn cyfrif fel rhai 'hyderus'. Holwyd ymatebwyr a oedd yn gwybod ychydig, neu ddim o gwbl, am yr ASB ynghylch 'yr asiantaeth o'r llywodraeth sy'n gyfrifol am ddiogelwch bwyd'; holwyd y rheiny a oedd yn gwybod o leiaf rywfaint am yr ASB ynghylch yr ASB.

Ymddiriedaeth mewn gwyddoniaeth a sefydliadau

Gofynnwyd i'r ymatebwyr pa mor hyderus oedden nhw bod ymchwil wyddonol yn arwain at gasgliadau cywir. Dywedodd tua 8 o bob 10 (78%) o'r ymatebwyr eu bod yn hyderus bod ymchwil wyddonol yn arwain at gasgliadau cywir.[20]

Ffigur 3. Ffactorau sy'n effeithio ar ymddiriedaeth mewn sefydliad



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 7

[20] Cwestiwn: Pa mor hyderus ydych chi bod ymchwil wyddonol yn arwain at gasgliadau cywir? Ymatebion: Hyderus iawn, Gweddol hyderus, Ddim yn hyderus iawn, Ddim yn hyderus o gwbl, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 3617, pawb a ymatebodd ar-lein. Sylwer: Cyfeirir at ymatebwyr 'hyderus iawn' a 'gweddol hyderus' fel rhai 'hyderus'.

Gofynnwyd i'r ymatebwyr pa ffactorau, o restr benodol, a fyddai'n gwneud iddyn nhw ymddiried yn fwy mewn sefydliad a pha rai fyddai'n gwneud iddynt ymddiried yn llai. Dywedodd tua thri chwarter (74%) o'r ymatebwyr y bydden nhw'n ymddiried yn fwy mewn sefydliad pe bai'n sicrhau bod y dystiolaeth wyddonol sy'n sail i unrhyw benderfyniadau ar gael yn agored, a dywedodd 69% o'r ymatebwyr y bydden nhw'n ymddiried yn fwy mewn sefydliad pe bai'n seilio penderfyniadau a chyngor ar dystiolaeth wyddonol. Dywedodd dwy ran o dair (66%) o'r ymatebwyr y bydden nhw'n ymddiried yn fwy mewn sefydliad pe bai'n defnyddio cyngor arbenigol annibynnol i lywio unrhyw benderfyniadau, a dywedodd 22% na fyddai hyn yn gwneud gwahaniaeth i faint yr oedden nhw'n ymddiried mewn sefydliad. Dywedodd tua 1 o bob 10 o'r ymatebwyr nad oedden nhw'n gwybod sut y byddai'r ffactorau hyn yn effeithio ar eu hymddiriedaeth o sefydliad (Ffigur 3).[21]

[21] Cwestiwn: Pe bai sefydliad yn…a) sicrhau bod y dystiolaeth wyddonol sy'n sail i unrhyw benderfyniadau ar gael yn agored; b) seilio ei benderfyniadau a'i gyngor ar dystiolaeth wyddonol; c) defnyddio cyngor arbenigol annibynnol i lywio unrhyw benderfyniadau … a fyddai hyn yn gwneud i chi…? Ymatebion: Ymddiried yn fwy o lawer yn y sefydliad, Ymddiried ychydig yn fwy yn y sefydliad, Ymddiried yn llai o lawer yn y sefydliad, Ymddiried ychydig yn llai yn y sefydliad, Ni fyddai'n gwneud unrhyw wahaniaeth, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 3617, pawb a ymatebodd ar-lein.

Pennod 2: Pryderon am fwyd

Cyflwyniad

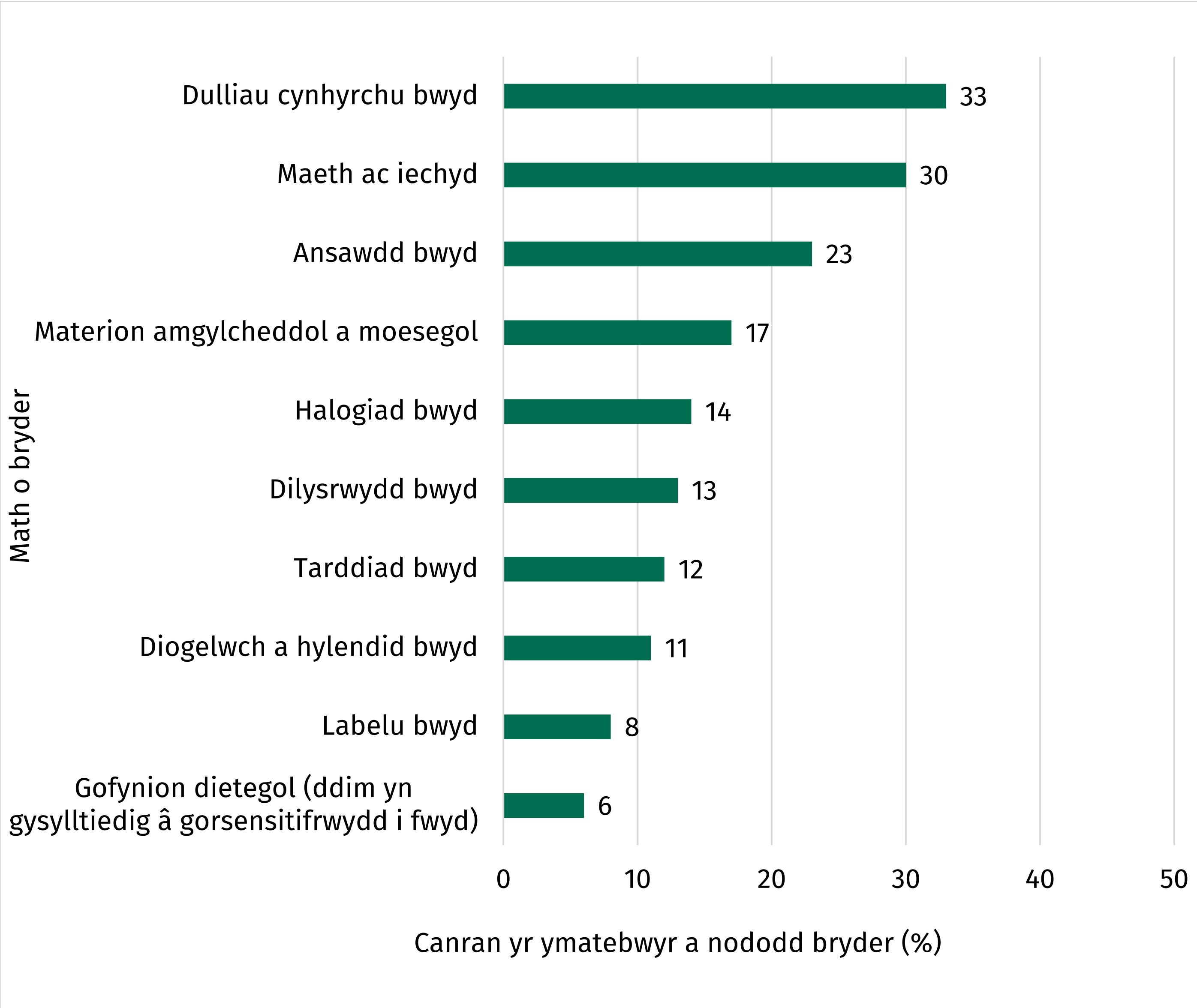
Gwaith yr ASB, fel y nodir yn y gyfraith, yw diogelu iechyd y cyhoedd a diogelu buddiannau defnyddwyr mewn perthynas â bwyd. Mae'r ASB yn defnyddio arolwg Bwyd a Chi 2 i fonitro pryderon defnyddwyr am faterion bwyd, fel diogelwch bwyd, maeth, a materion amgylcheddol. Mae'r bennod hon yn rhoi trosolwg o bryderon yr ymatebwyr am fwyd.

Pryderon cyffredin

Gofynnwyd i'r ymatebwyr ddweud a oedd ganddyn nhw unrhyw bryderon am y bwyd maen nhw'n ei fwyta. Nid oedd gan y mwyafrif o'r ymatebwyr (72%) unrhyw bryderon, a dim ond 28% o'r ymatebwyr a ddywedodd fod ganddyn nhw bryder.[22]

[22] Cwestiwn: Oes gennych chi unrhyw bryderon am y bwyd rydych chi'n ei fwyta? Ymatebion: Oes, Nac oes. Sylfaen = 5812, pawb a ymatebodd.

Ffigur 4. Y pryderon mwyaf cyffredin am fwyd a fynegwyd heb anogaeth

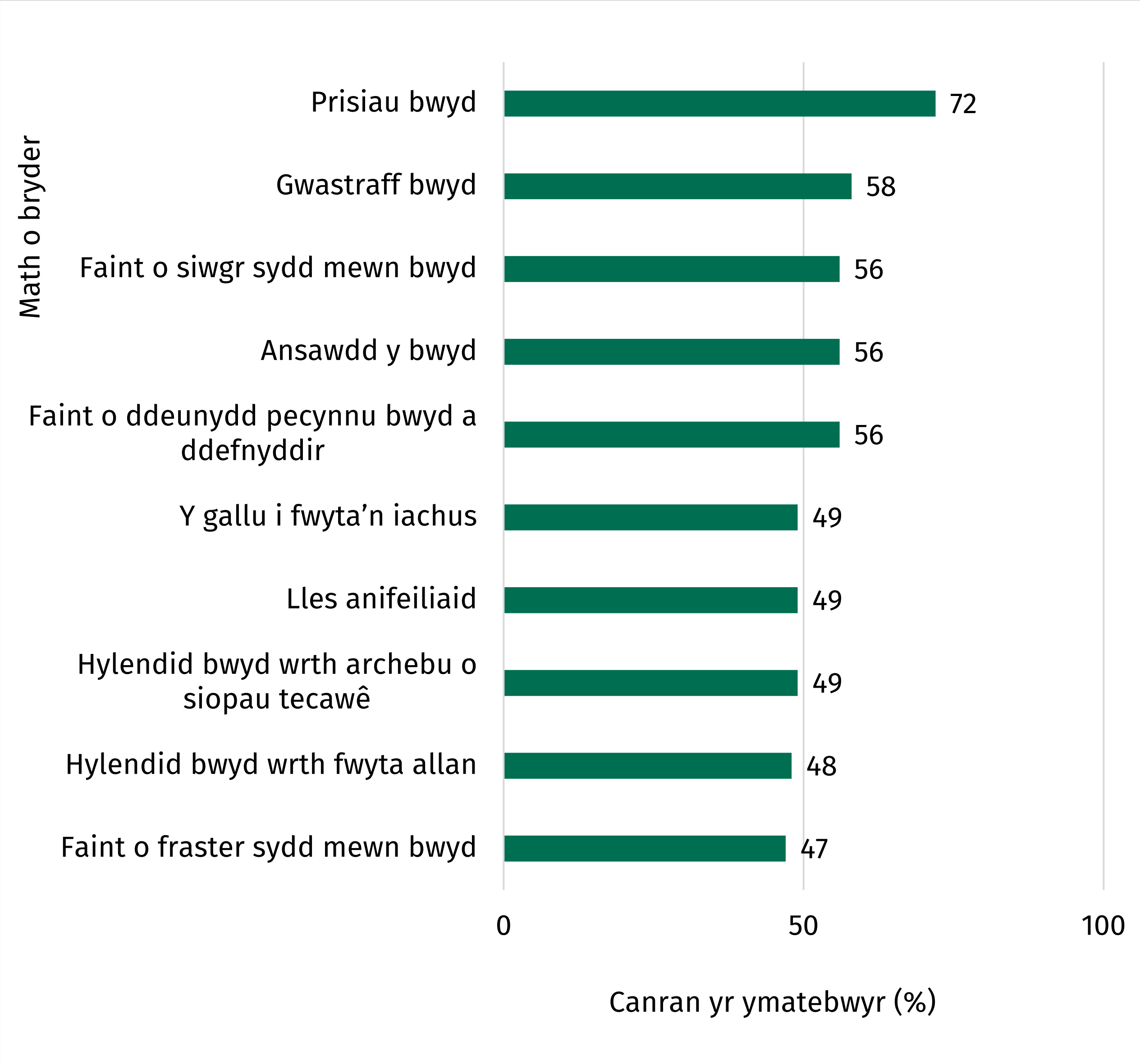


Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 7

Gofynnwyd i'r ymatebwyr a ddywedodd fod ganddyn nhw bryder esbonio'n gryno eu pryderon am y bwyd maen nhw'n ei fwyta. Roedd y pryderon mwyaf cyffredin

yn ymwneud â dulliau cynhyrchu bwyd (33%), maeth ac iechyd (30%), ac ansawdd bwyd (23%) (Ffigur 4).[23]

Ffigur 5. Y pryderon mwyaf cyffredin am fwyd a fynegwyd gydag anogaeth



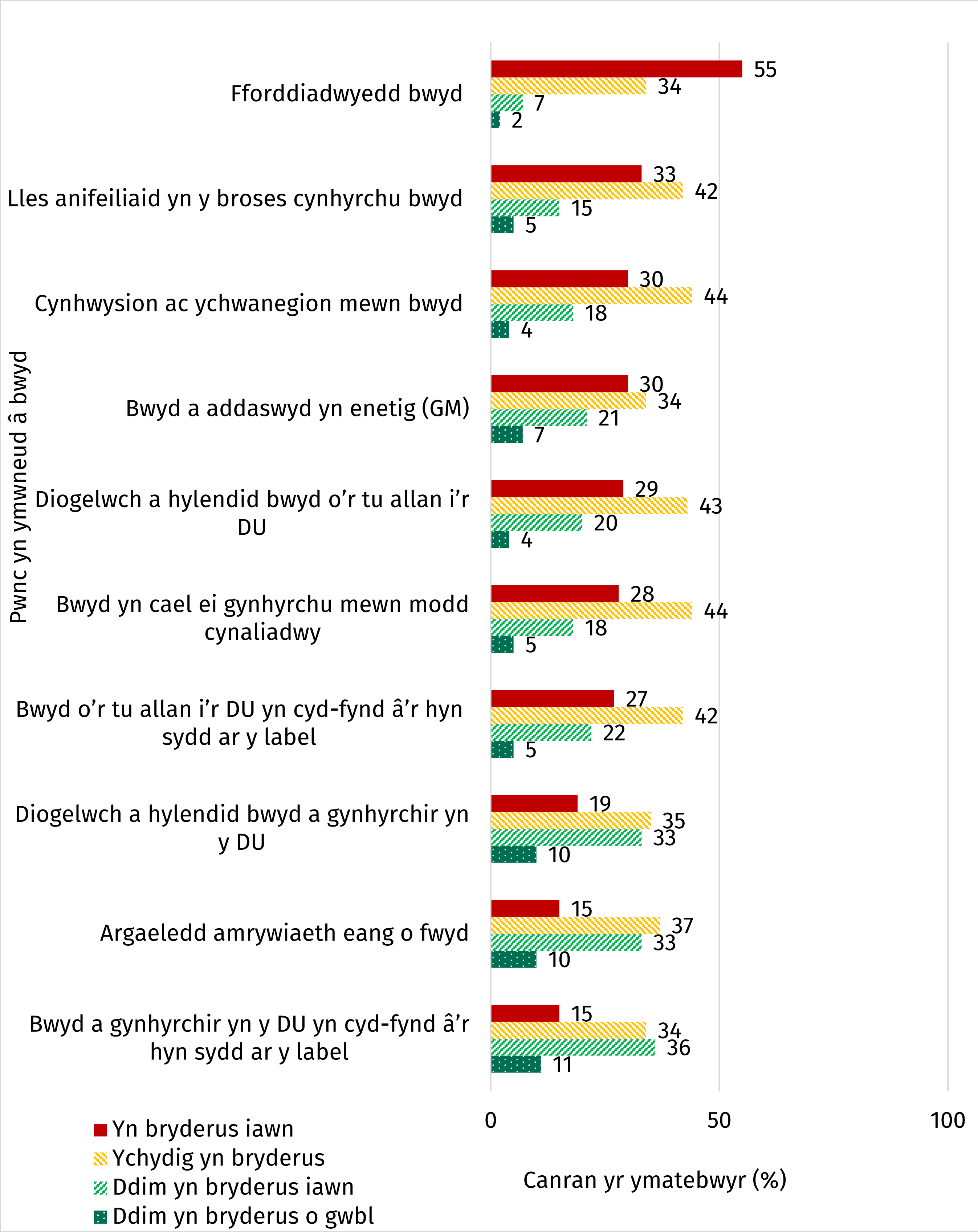
[23] Cwestiwn: Beth yw eich pryderon am y bwyd rydych chi'n ei fwyta? Ymatebion: [Testun agored]. Sylfaen = 1715, pawb a ymatebodd a oedd â phryderon am y bwyd maen nhw'n ei fwyta. Sylwer: mae ymatebion ychwanegol ar gael yn y tablau data a'r set ddata lawn. Cafodd yr ymatebion eu codio gan Ipsos, gweler yr Adroddiad Technegol i gael rhagor o fanylion.

Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 7

Gofynnwyd i'r ymatebwyr ddweud a oedd ganddynt bryderon am nifer o faterion sy'n gysylltiedig â bwyd, gan ddewis o blith rhestr o ddewisiadau. Y pryder mwyaf cyffredin oedd prisiau bwyd (72%). Pryderon cyffredin eraill oedd gwastraff bwyd (58%), faint o siwgr sydd mewn bwyd (56%), ansawdd bwyd (56%), a faint o ddeunydd pecynnu a ddefnyddir (56%) (Ffigur 5).[24]

[24] Cwestiwn: A oes gennych bryderon am unrhyw rai o'r canlynol? Ymatebion: faint o siwgr sydd mewn bwyd, gwastraff bwyd, lles anifeiliaid, hormonau, steroidau a gwrthfiotigau mewn bwyd, faint o halen sydd mewn bwyd, faint o fraster sydd mewn bwyd, gwenwyn bwyd, hylendid bwyd wrth fwyta allan, hylendid bwyd wrth archebu bwyd tecawê, y defnydd o blaladdwyr, twyll neu droseddau bwyd, y defnydd o ychwanegion (er enghraifft, cyffeithyddion a lliwiau bwyd), prisiau bwyd, bwydydd a addaswyd yn enetig (GM), halogi cemegol o du'r amgylchedd, taith bwyd, nifer y calorïau mewn bwyd, gwybodaeth am alergenau mewn bwyd, coginio'n ddiogel gartref, ansawdd bwyd, faint o ddeunydd pecynnu a ddefnyddir, y gallu i fwyta'n iachus, dim un o'r rhain, ddim yn gwybod. Sylfaen = 3617, pawb a ymatebodd ar-lein. Sylwer: ni ellir cymharu'r data o'r cwestiwn hwn yn uniongyrchol â chylchoedd blaenorol oherwydd bod dewisiadau ymateb newydd; y gallu i fwyta'n iachus, ansawdd bwyd, faint o ddeunydd pecynnu a ddefnyddir.

Ffigur 6. Lefel y pryder am faterion sy’n ymwneud â bwyd



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 7

Gofynnwyd i’r ymatebwyr nodi i ba raddau roeddent yn pryderu am nifer o faterion penodol sy’n ymwneud â bwyd. Roedd yr ymatebwyr yn fwyaf tebygol o nodi eu bod yn poeni’n fawr am fforddiadwyedd bwyd (55%). Roedd materion eraill yr oedd yr ymatebwyr yn bryderus iawn yn eu cylch yn cynnwys lles anifeiliaid yn y broses cynhyrchu bwyd (33%), cynhwysion ac ychwanegion mewn bwyd (30%), a bwyd a addaswyd yn enetig (GM) (30%) (Ffigur 6).[25]

Roedd lefel y pryder am fforddiadwyedd bwyd a nodwyd yn amrywio rhwng gwahanol gategorïau o bobl yn y ffyrdd canlynol:

- Rhyw: Roedd menywod (61%) yn fwy tebygol o nodi eu bod yn poeni’n fawr am fforddiadwyedd bwyd na dynion (48%).
- Grŵp oedran: Roedd yr ymatebwyr rhwng 25 a 74 oed yn fwy tebygol o adrodd eu bod yn poeni’n fawr am fforddiadwyedd bwyd na’r rheiny rhwng 16 a 24 oed (45%) a’r rheiny 75 oed neu hŷn (37%).

---

[25] Cwestiwn: Gan feddwl am fwyd yn y DU [amrywiad i eiriad y cwestiwn yng Ngogledd Iwerddon: y DU ac Iwerddon] heddiw, pa mor bryderus ydych chi, os o gwbl, am y pynciau canlynol? a) fforddiadwyedd bwyd b) diogelwch a hylendid bwyd a gynhyrchir [yng Nghymru a Lloegr: yn y DU; yng Ngogledd Iwerddon: yn y DU ac Iwerddon] c) diogelwch a hylendid bwyd o’r tu allan i’r [yng Nghymru a Lloegr: DU; yng Ngogledd Iwerddon: DU ac Iwerddon] d) bod bwyd a gynhyrchir [yng Nghymru a Lloegr: yn y DU; yng Ngogledd Iwerddon: yn y DU ac Iwerddon] yn cyd-fynd â’r hyn sydd ar y label e) bod bwyd o’r tu allan i’r [yng Nghymru a Lloegr: DU; yng Ngogledd Iwerddon: DU ac Iwerddon] yn cyd-fynd â’r hyn sydd ar y label f) bod bwyd yn cael ei gynhyrchu mewn modd cynaliadwy g) argaeledd amrywiaeth eang o fwyd h) lles anifeiliaid yn y broses cynhyrchu bwyd i) cynhwysion ac ychwanegion mewn bwyd j) bwyd a addaswyd yn enetig (GM). Sylfaen = 5812, pawb a ymatebodd. Sylwer: addaswyd geiriad y cwestiwn ar gyfer ymatebwyr yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon.

- Incwm blynyddol y cartref: Roedd yr ymatebwyr ag incwm is yn fwy tebygol o ddweud eu bod yn bryderus iawn am fforddiadwyedd bwyd o gymharu â'r ymatebwyr ag incwm uwch (er enghraifft, 61% o'r rheiny ag incwm o lai nag £19,000 o gymharu â 55% o'r rheiny ag incwm rhwng £64,000 a £95,999).

- NS-SEC: Roedd y rheiny yn y rhan fwyaf o grwpiau galwedigaethol (er enghraifft, 61% o'r rheiny mewn swyddi lled-ailadroddus ac ailadroddus) yn fwy tebygol o nodi eu bod yn poeni'n fawr am fforddiadwyedd bwyd na myfyrwyr amser llawn (44%).

- Rhanbarth (Lloegr)[26]: Roedd pryderon ynghylch fforddiadwyedd bwyd yn amrywio fesul rhanbarth yn Lloegr. Er enghraifft, roedd yr ymatebwyr a oedd yn byw yng Ngogledd-ddwyrain Lloegr (61%) a Gogledd-orllewin Lloegr (58%) yn fwy tebygol o nodi eu bod yn poeni'n fawr am fforddiadwyedd bwyd o gymharu â'r rheiny a oedd yn byw yn Nwyrain Lloegr (44%).

- Diogeledd bwyd: Roedd yr ymatebwyr â diogeledd bwyd isel iawn (79%) yn fwy tebygol o nodi eu bod yn poeni'n fawr am fforddiadwyedd bwyd na'r rheiny â diogeledd bwyd isel (66%) neu ymylol (66%). Y rheiny â diogeledd bwyd uchel oedd lleiaf tebygol o nodi eu bod yn bryderus iawn am fforddiadwyedd bwyd (45%).

- Gorsensitifrwydd i fwyd: Roedd yr ymatebwyr ag alergedd yn unig (65%) yn fwy tebygol o nodi eu bod yn poeni'n fawr am fforddiadwyedd bwyd na'r rheiny heb orsensitifrwydd i fwyd (54%).

- Cyflwr iechyd hirdymor: Roedd yr ymatebwyr â chyflwr iechyd hirdymor (61%) yn fwy tebygol o nodi eu bod yn poeni'n fawr am fforddiadwyedd bwyd na'r rheiny heb gyflwr iechyd hirdymor (52%)**.

---

[26] Dim ond yn Lloegr yr ystyriwyd gwahaniaethau rhanbarthol oherwydd y maint sampl/sylfaen isel yng Nghymru a Gogledd Iwerddon.

- Cyfrifoldeb dros goginio: Roedd yr ymatebwyr a oedd yn gyfrifol am goginio (55%) yn fwy tebygol o nodi eu bod yn poeni’n fawr am fforddiadwyedd bwyd na’r rheiny nad oedden nhw’n gyfrifol am goginio (43%).
- Cyfrifoldeb dros siopa: Roedd yr ymatebwyr a oedd yn gyfrifol am siopa (56%) yn fwy tebygol o nodi eu bod yn poeni’n fawr am fforddiadwyedd bwyd na’r rheiny nad oedden nhw’n gyfrifol am siopa (36%).

Pennod 3: Diogeledd bwyd

Cyflwyniad

Mae'r bennod hon yn adrodd am lefelau diogeledd bwyd yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon, a sut roedd diogeledd bwyd yn amrywio rhwng gwahanol gategorïau o bobl.

"Mae diogeledd bwyd yn bodoli pan fydd 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 Diogeledd Bwyd Oedolion 10 eitem yr Unol Daleithiau a ddatblygwyd gan Adran Amaeth yr Unol Daleithiau (USDA) i fesur statws diogeledd bwyd defnyddwyr.

Mae'r ymatebwyr yn cael eu neilltuo i un o'r categorïau statws diogeledd bwyd canlynol:

- Uchel: dim arwyddion o broblemau neu gyfyngiadau o ran mynediad at fwyd.
- Diogeledd bwyd ymylol: un neu ddau o arwyddion wedi'u nodi – fel arfer pryder o ran a oes digon o fwyd neu brinder bwyd yn y tŷ. Ychydig neu ddim arwydd o newidiadau mewn deietau neu gymeriant bwyd.
- Isel: adroddiadau bod ansawdd, amrywiaeth neu ddymunoldeb deiet wedi lleihau. Ychydig neu ddim arwydd o gymeriant bwyd is.
- Isel iawn: adroddiadau o arwyddion lluosog o batrymau bwyta amharedig a chymeriant bwyd is.

Cyfeirir at y rhai sydd â lefelau uchel neu ymylol o ddiogeledd bwyd fel rhai sydd â diogeledd bwyd. Cyfeirir at bobl â lefelau isel neu isel iawn o ddiogeledd bwyd fel rhai â diffyg diogeledd bwyd.

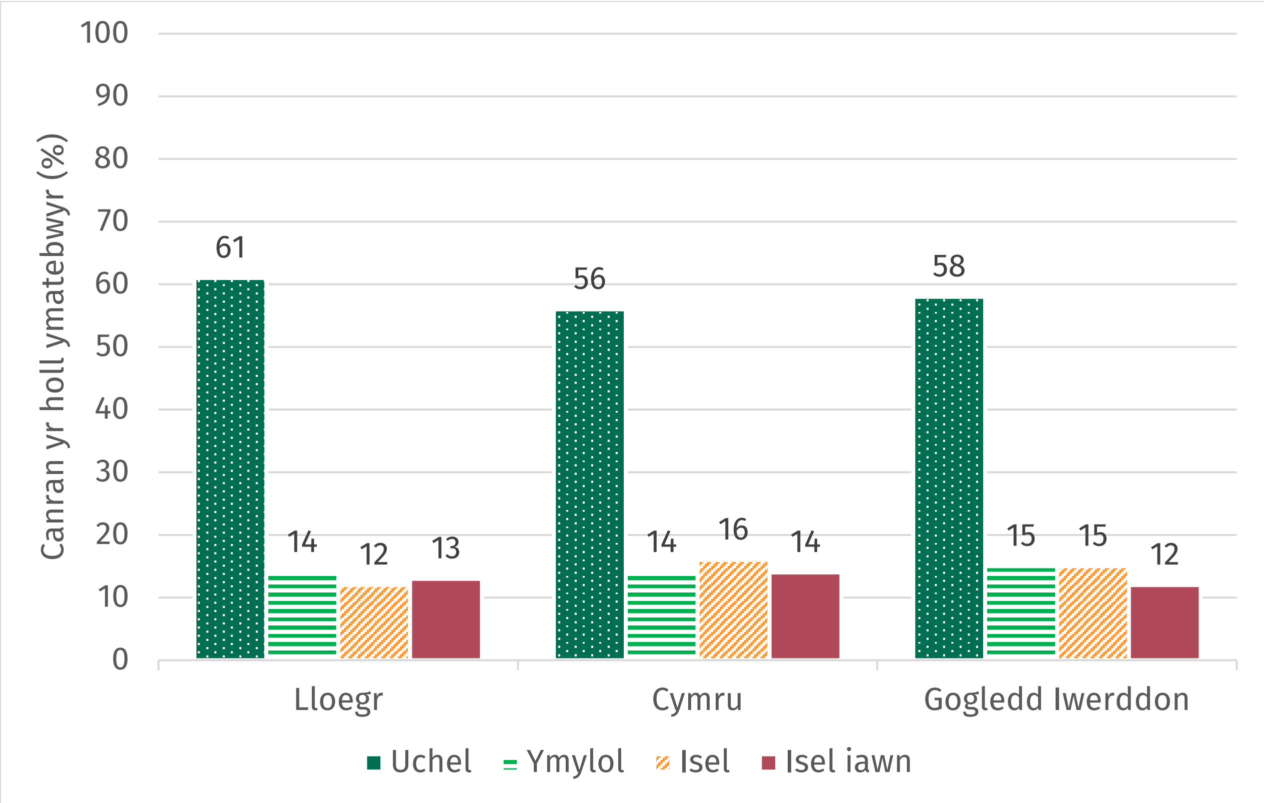
Ceir rhagor o wybodaeth am sut y caiff diogeledd bwyd ei fesur, a sut y caiff dosbarthiadau eu neilltuo a'u diffinio, yn Atodiad A, ac ar wefan Diogeledd Bwyd yr USDA.

Diogeledd bwyd

Ar draws Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon, cafodd 75% o'r ymatebwyr eu dosbarthu fel pobl â diogeledd bwyd (61% â diogeledd bwyd uchel, 14% â diogeledd bwyd ymylol), a chafodd 25% o'r ymatebwyr eu dosbarthu fel pobl â diffyg diogeledd bwyd (13% â diogeledd bwyd isel, 13% â diogeledd bwyd isel iawn).[27]

[27] Cwestiwn/Ymatebion: Newidyn deilliedig, gweler canllawiau'r USDA ar Fynediad at Gyflenwad Bwyd a'r Adroddiad Technegol. Sylfaen = 5812, pawb a ymatebodd. Sylwer: Gweler Atodiad A am wybodaeth am y dosbarthiadau a'r diffiniadau o lefelau diogeledd bwyd.

Ffigur 7. Diogeledd bwyd yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 7

Roedd tua thri chwarter o'r ymatebwyr â diogeledd bwyd (hynny yw, roedd ganddynt ddiogeledd bwyd uchel neu ymylol) yn Lloegr (75%) a Gogledd Iwerddon (74%), ac roedd 70% o'r ymatebwyr â diogeledd bwyd yng Nghymru. Roedd tua chwarter o'r ymatebwyr â diffyg diogeledd bwyd (hynny yw, roedd ganddynt ddiogeledd bwyd isel neu isel iawn) yn Lloegr (25%) a Gogledd Iwerddon (26%), ac roedd 30% o'r ymatebwyr â diffyg diogeledd bwyd yng Nghymru (Ffigur 7).

Profiadau o ddiffyg diogeledd bwyd

Er mwyn sefydlu dosbarthiad diogeledd bwyd, gofynnwyd hyd at ddeg cwestiwn i'r ymatebwyr o Fodiwl Arolwg Diogeledd Bwyd Oedolion UDA.[28] Gofynnwyd y tri chwestiwn cyntaf o'r modiwl arolwg diogelwch bwyd i'r holl ymatebwyr. Roedd y

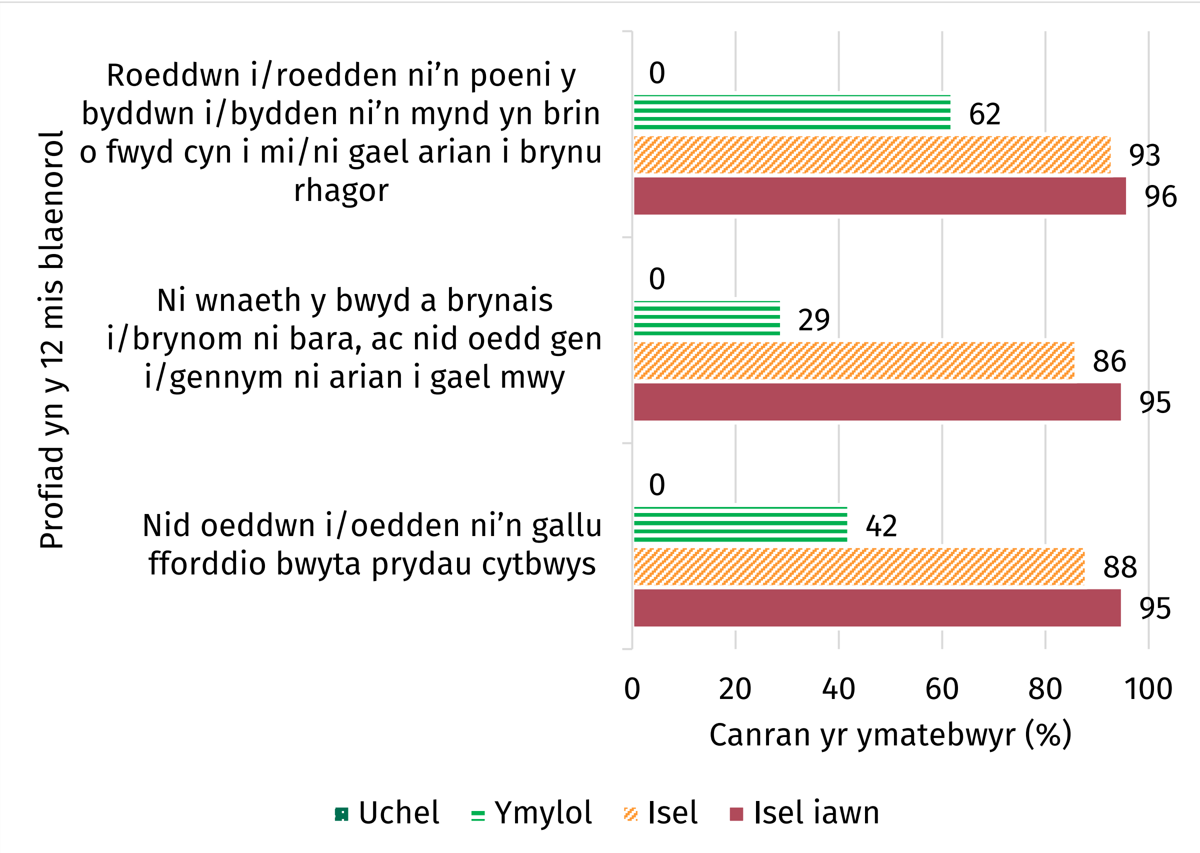
[28] Gweler canllawiau Diogeledd Bwyd USDA i gael mwy o wybodaeth am yr arolwg a'r dosbarthiadau.

tri chwestiwn cyntaf yn gofyn i ymatebwyr pa mor aml, os o gwbl, yr oedden nhw wedi profi unrhyw un o'r canlynol yn ystod y 12 mis blaenorol:

- Roeddwn i/roedden ni'n poeni y byddwn i/bydden ni'n mynd yn brin o fwyd cyn i mi/ni gael arian i brynu rhagor
- Ni wnaeth y bwyd a brynais i/brynom ni bara, ac nid oedd gen i/gennym ni arian i gael mwy
- Nid oeddwn i/oedden ni'n gallu fforddio bwyta prydau cytbwys

Os nododd yr ymatebwyr unrhyw rai o'r profiadau hyn, gofynnwyd cwestiynau dilynol iddynt yn y modiwl.

Ffigur 8. Profiadau o ddiogeledd bwyd yn ôl dosbarthiad diogeledd bwyd



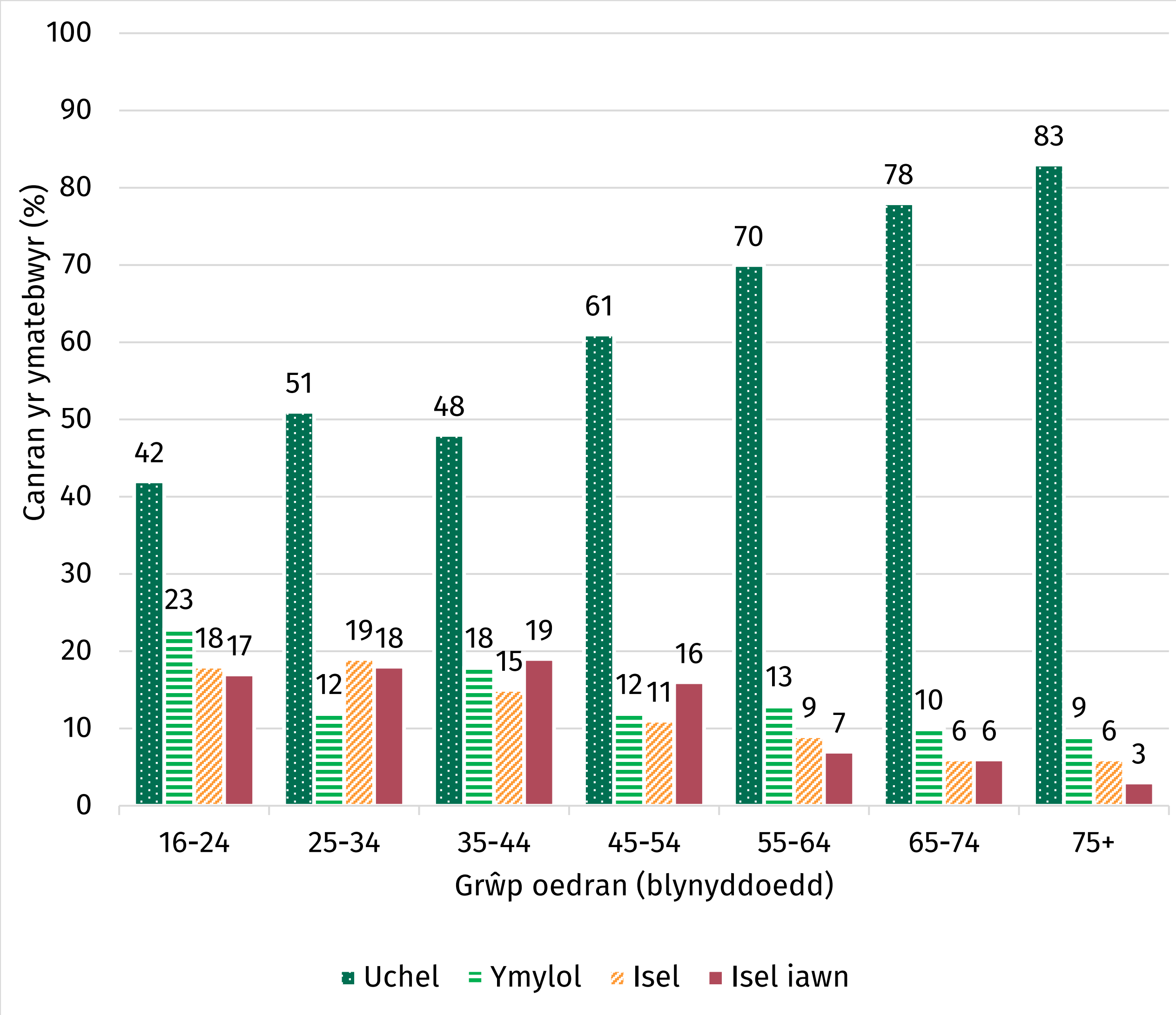
Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 7

Yn ystod y 12 mis blaenorol, roedd yr ymatebwyr a oedd â lefelau isel iawn (96%) neu isel (93%) o ddiogeledd bwyd yn fwy tebygol o fod wedi poeni a fyddent yn

mynd yn brin o fwyd cyn iddynt gael arian i brynu mwy, o gymharu â'r rheiny â lefelau ymylol (62%) o ddiogeledd bwyd. Roedd yr ymatebwyr a oedd â lefelau isel iawn (95%) neu isel (86%) o ddiogeledd bwyd yn fwy tebygol o ddweud nad oedd y bwyd a brynwyd ganddynt yn para, ac nad oedd ganddynt arian i gael mwy, o gymharu â'r rheiny â lefelau ymylol (29%) o ddiogeledd bwyd. Roedd yr ymatebwyr â lefelau isel iawn (95%) neu isel (88%) o ddiogeledd bwyd yn fwy tebygol o ddweud nad oedden nhw'n gallu fforddio prydau cytbwys, o gymharu â'r rheiny â lefelau ymylol (42%) o ddiogeledd bwyd. Dywedodd yr ymatebwyr â lefelau uchel o ddiogeledd bwyd nad oedden nhw wedi cael unrhyw un o'r profiadau hyn (0% yn poeni a fyddent yn mynd yn brin o fwyd cyn iddynt gael arian i brynu mwy, 0% yn nodi nad oedd y bwyd a brynwyd ganddyn nhw'n para, ac nad oedd ganddyn nhw arian i gael mwy) yn ystod y 12 mis blaenorol (Ffigur 8).

Sut mae diogeledd bwyd yn amrywio rhwng grwpiau economaidd-gymdeithasol a demograffig

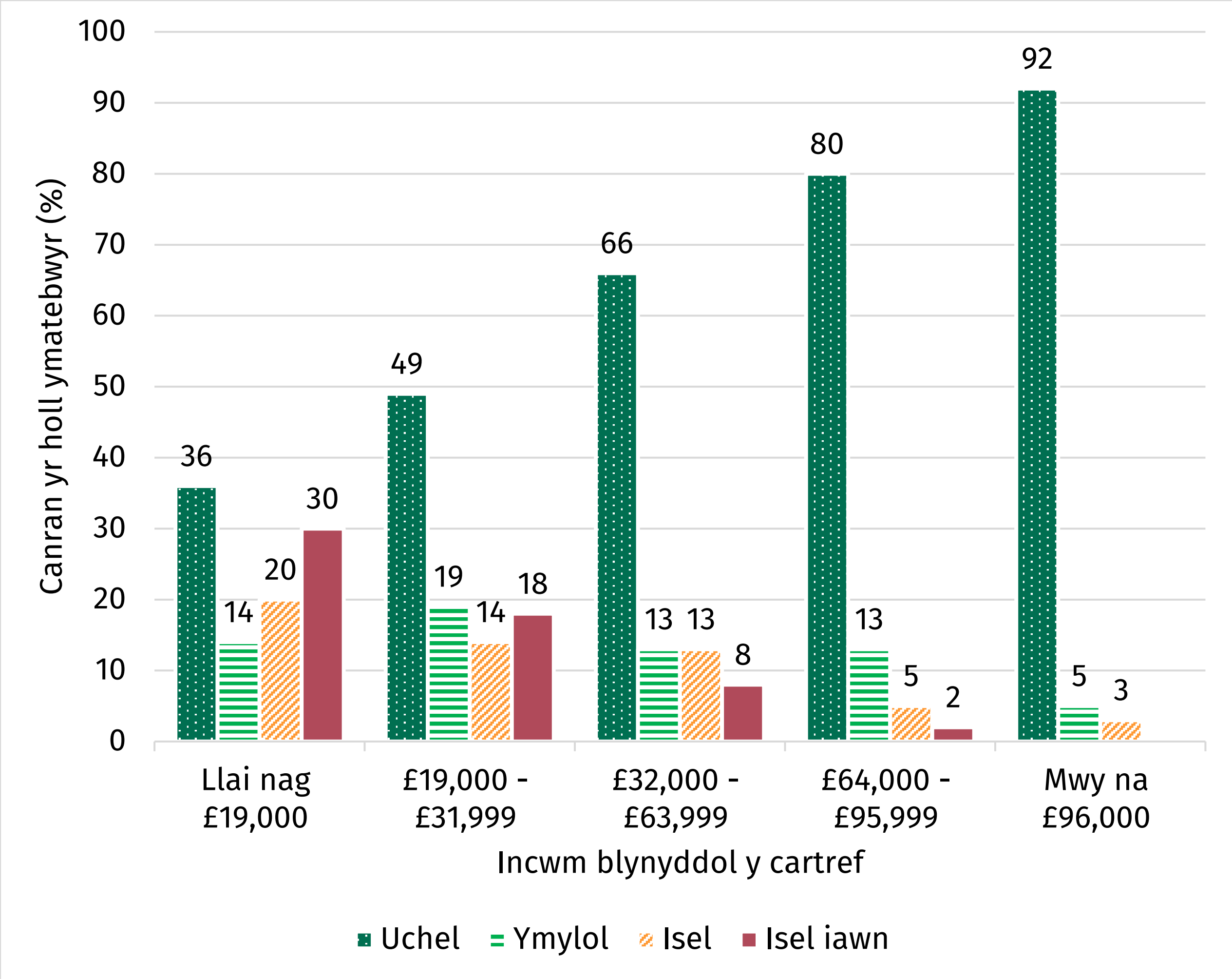
Ffigur 9. Diogeledd bwyd yn ôl grŵp oedran



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 7

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 35% o'r ymatebwyr rhwng 16 a 24 oed â diffyg diogeledd bwyd (18% isel, 17% isel iawn) o gymharu ag 8% o'r rheiny 75 oed a hŷn (6% isel, 3% isel iawn) (Ffigur 9).

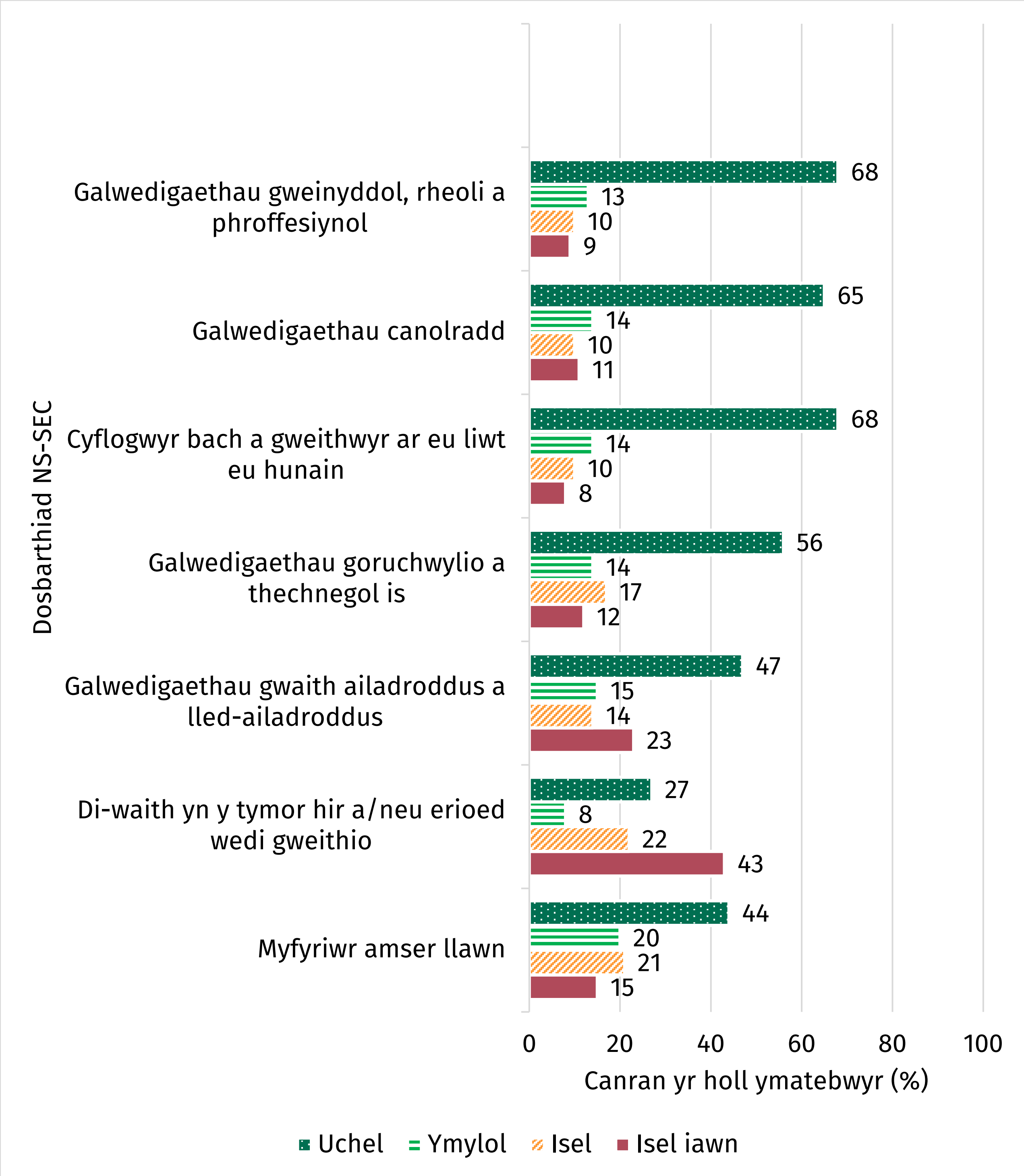
Ffigur 10. Diogeledd bwyd yn ôl incwm y cartref



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 7

Roedd diogeledd bwyd yn gysylltiedig ag incwm y cartref. Roedd yr ymatebwyr ag incwm is yn fwy tebygol o ddweud bod ganddynt ddiffyg diogeledd bwyd na'r rheiny ag incwm uwch. Er enghraifft, nododd 50% o'r rheiny ag incwm cartref blynyddol o lai nag £19,000 ddiffyg diogeledd bwyd (20% isel, 30% isel iawn) o gymharu â 7% o'r rheiny ag incwm rhwng £64,000 a £95,999 (5% isel, 2% isel iawn) (Ffigur 10).

Ffigur 11. Diogeledd bwyd yn ôl dosbarthiad economaidd-gymdeithasol (NS-SEC)



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 7

Roedd yr ymatebwyr a oedd yn ddi-waith am gyfnod hir a/neu nad oeddent erioed wedi gweithio (66%) yn fwy tebygol o nodi bod ganddynt ddiffyg diogeledd bwyd o gymharu â'r holl grwpiau galwedigaethol eraill. Roedd y rheiny a oedd yn fyfyrwyr

amser llawn (36%), a'r rheiny mewn galwedigaethau gwaith ailadroddus a lled-ailadroddus (38%) yn fwy tebygol o fod â diffyg diogeledd bwyd na llawer o grwpiau galwedigaethau eraill (er enghraifft, 18% o gyflogwyr bach a gweithwyr ar eu liwt eu hunain) (Ffigur 11).[29]

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

- Maint y cartref: Roedd cartrefi ag 1 person (26%) neu gartrefi â 3 neu fwy o bobl (er enghraifft, 34% o gartrefi â 5 person neu fwy) yn fwy tebygol o nodi bod ganddynt ddiffyg diogeledd bwyd o gymharu â'r rheiny mewn cartrefi â 2 berson (18%)**.

- Plant dan 16 oed yn y cartref: Dywedodd 34% o'r cartrefi â phlant dan 16 oed fod ganddynt ddiffyg diogeledd bwyd o gymharu â 21% o'r cartrefi heb blant o dan 16 oed.

- Plant dan 6 oed yn y cartref: Dywedodd 40% o'r cartrefi â phlant dan 6 oed fod ganddynt ddiffyg diogeledd bwyd o gymharu â 23% o'r cartrefi heb blant o dan 6 oed.

- Ardaloedd trefol ac ardaloedd gwledig: Dywedodd 27% o'r ymatebwyr a oedd yn byw mewn ardal drefol fod ganddynt ddiffyg diogeledd bwyd o gymharu ag 17% o'r ymatebwyr a oedd yn byw mewn ardal wledig.

- Rhanbarth (Lloegr)[30]: Roedd lefelau diffyg diogeledd bwyd yn amrywio fesul rhanbarth yn Lloegr. Er enghraifft, roedd yr ymatebwyr sy'n byw yng Ngogledd-ddwyrain Lloegr (36%) a gorllewin Canolbarth Lloegr (32%) yn fwy

---

[29] System ddosbarthu yw Dosbarthiad Economaidd-gymdeithasol Ystadegau Gwladol (NS-SEC) sy'n awgrymu sefyllfa economaidd-gymdeithasol unigolion ar sail statws cyflogaeth a galwedigaeth.

[30] Dim ond yn Lloegr yr ystyriwyd gwahaniaethau rhanbarthol oherwydd y maint sampl/sylfaen isel yng Nghymru a Gogledd Iwerddon.

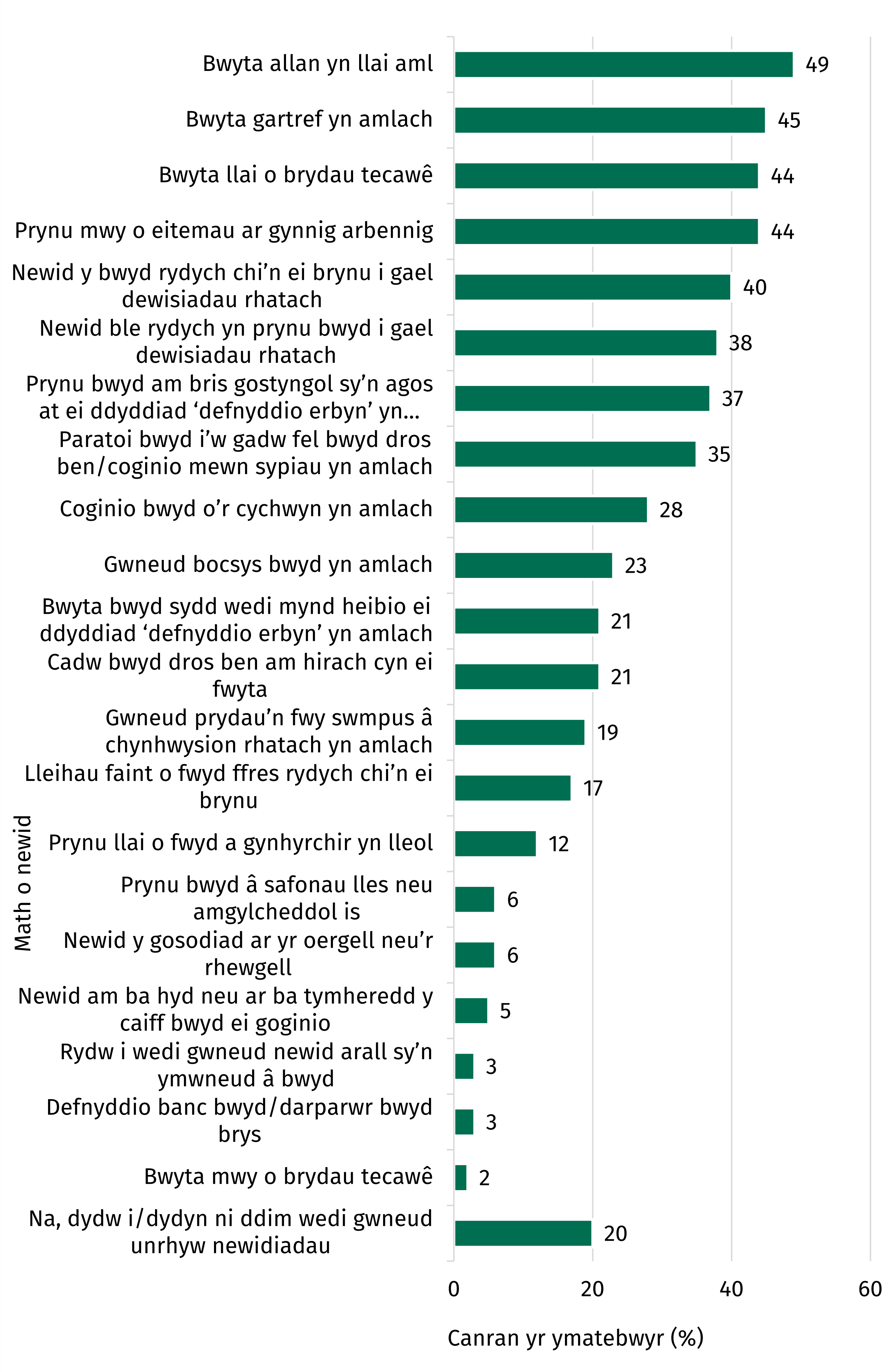
tebygol o nodi fod ganddynt ddiffyg diogeledd bwyd o gymharu â'r rheiny sy'n byw yn Nwyrain Lloegr (19%) neu Dde-ddwyrain Lloegr (21%).

- Grŵp ethnig: Dywedodd 40% o'r ymatebwyr Asiaidd neu Asiaidd Prydeinig fod ganddynt ddiffyg diogeledd bwyd o gymharu â 23% o'r ymatebwyr gwyn.[31]
- Cyflwr iechyd hirdymor: Roedd yr ymatebwyr a oedd â chyflwr iechyd hirdymor (39%) yn fwy tebygol o ddweud bod ganddynt ddiffyg diogeledd bwyd o gymharu â'r rheiny heb gyflwr iechyd hirdymor (20%).

[31] Sylwer: nid adroddir am ffigurau grwpiau ethnig eraill oherwydd maint sylfaen / sampl isel.

Newidiadau i ymddygiadau sy’n gysylltiedig â bwyd

Ffigur 12. Newidiadau mewn arferion bwyta ac ymddygiadau sy’n gysylltiedig â bwyd am resymau ariannol


Bwyta allan yn llai aml
Bwyta gartref yn amlach
Bwyta llai o brydau tecawê
Prynu mwy o eitemau ar gynnig arbennig
Newid y bwyd rydych chi'n ei brynu i gael dewisiadau rhatach
Newid ble rydych yn prynu bwyd i gael dewisiadau rhatach
Prynu bwyd am bris gostyngol sy'n agos at ei ddyddiad 'defnyddio erbyn' yn...
Paratoi bwyd i'w gadw fel bwyd dros ben/coginio mewn sypiau yn amlach
Coginio bwyd o'r cychwyn yn amlach
Gwneud bocsys bwyd yn amlach
Bwyta bwyd sydd wedi mynd heibio ei ddyddiad 'defnyddio erbyn' yn amlach
Cadw bwyd dros ben am hirach cyn ei fwyta
Gwneud prydau'n fwy swmpus â chynhwysion rhatach yn amlach
Lleihau faint o fwyd ffres rydych chi'n ei brynu
Prynu llai o fwyd a gynhyrchir yn lleol
Prynu bwyd â safonau lles neu amgylcheddol is
Newid y gosodiad ar yr oergell neu'r rhewgell
Newid am ba hyd neu ar ba tymheredd y caiff bwyd ei goginio
Rydw i wedi gwneud newid arall sy'n ymwneud â bwyd
Defnyddio banc bwyd/darparwr bwyd brys
Bwyta mwy o brydau tecawê
Na, dydw i/dydyn ni ddim wedi gwneud unrhyw newidiadau
Math o newid
49
45
44
44
40
38
37
35
28
23
21
21
19
17
12
6
6
5
3
3
2
20
0
20
40
60
Canran yr ymatebwyr (%)

Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 7

Gofynnwyd i'r ymatebwyr pa newidiadau, os o gwbl, yr oeddent wedi'u gwneud i'w harferion bwyta a'u hymddygiad sy'n gysylltiedig â bwyd yn ystod y 12 mis blaenorol am resymau ariannol. Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr (80%) eu bod wedi newid eu harferion bwyta am resymau ariannol yn ystod y 12 mis blaenorol, gyda dim ond 20% o'r ymatebwyr yn nodi nad oedden nhw wedi gwneud unrhyw newidiadau.

Roedd newidiadau cyffredin yn ymwneud â'r hyn roedd ymatebwyr yn ei fwyta ac ym mhle (49% yn bwyta allan yn llai aml, 45% yn bwyta gartref yn amlach, 44% yn bwyta llai o brydau tecawê), newidiadau mewn arferion siopa (44% yn prynu eitemau ar gynnig arbennig, 40% yn newid y bwyd maen nhw'n ei brynu er mwyn cael dewisiadau rhatach, 38% yn newid ble maen nhw'n prynu bwyd er mwyn cael dewisiadau rhatach, 37% yn prynu bwyd am bris gostyngol), a newidiadau mewn arferion paratoi bwyd (35% yn paratoi bwyd i'w gadw fel bwyd dros ben/coginio mewn sypiau yn amlach, 28% yn coginio bwyd o'r cychwyn yn amlach, a 23% yn gwneud bocsys bwyd yn amlach). Nododd rhai o'r ymatebwyr gynnydd mewn ymddygiadau diogelwch bwyd peryglus oherwydd rhesymau ariannol (21% yn cadw bwyd dros ben am hirach cyn ei fwyta, 21% wedi bwyta bwyd sydd wedi

mynd heibio ei ddyddiad ‘defnyddio erbyn’ yn amlach, 6% wedi newid y gosodiad ar yr oergell/rhewgell) (Ffigur 12).[32]

Defnyddio banciau bwyd

Gofynnwyd i’r ymatebwyr a oedden nhw, neu unrhyw un arall yn eu cartref, wedi cael parsel bwyd am ddim gan fanc bwyd neu ddarparwr bwyd brys arall yn ystod y 12 mis diwethaf. Dywedodd y rhan fwyaf o’r ymatebwyr (94%) nad oedden nhw wedi defnyddio banc bwyd neu ddarparwr bwyd brys arall yn ystod y 12 mis diwethaf; nododd 4% o’r ymatebwyr eu bod wedi defnyddio un o’r rhain.[33]

Gofynnwyd i’r ymatebwyr a oedd wedi cael parsel bwyd gan fanc bwyd neu ddarparwr arall nodi pa mor aml yr oedden nhw wedi cael parsel bwyd yn ystod y

---

[32] Cwestiwn: Yn ystod y 12 mis diwethaf, ydych chi wedi gwneud unrhyw un o’r newidiadau hyn am resymau ariannol? Ymatebion: bwyta allan yn llai aml, bwyta gartref yn amlach, coginio gartref yn amlach, bwyta llai o brydau tecawê, prynu mwy o eitemau ar gynnig arbennig (er enghraifft, 3 am 2), paratoi bwyd i’w gadw fel bwyd dros ben/coginio mewn sypiau yn amlach, newid ble rydych yn prynu bwyd er mwyn cael dewisiadau rhatach, newid y bwyd rydych chi’n ei brynu er mwyn cael dewisiadau rhatach, gwneud bocsys bwyd yn amlach, prynu bwyd am bris gostyngol sy’n agos at ei ddyddiad ‘defnyddio erbyn’ yn amlach, bwyta bwyd sydd wedi mynd heibio ei ddyddiad ‘defnyddio erbyn’ yn amlach, cadw bwyd dros ben am hirach cyn ei fwyta, dechrau defnyddio banc bwyd/darparwr bwyd brys, lleihau faint o fwyd ffres rydych chi’n ei brynu, prynu bwyd gyda safonau lles neu amgylcheddol is, prynu llai o fwyd a gynhyrchir yn lleol, newid am ba hyd neu ar ba tymheredd y caiff bwyd ei goginio, newid y gosodiad ar yr oergell neu’r rhewgell, rydw i wedi gwneud newid arall sy’n ymwneud â bwyd, nid wyf wedi gwneud unrhyw newidiadau. Sylfaen = 5812, pawb a ymatebodd.

[33] Cwestiwn: Yn ystod y 12 mis diwethaf, a ydych chi, neu unrhyw un arall yn eich cartref, wedi cael parsel 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 = 5812, pawb a ymatebodd.

12 mis diwethaf. O blith yr ymatebwyr hyn, roedd 15% wedi cael parsel bwyd ar un achlysur yn unig yn ystod y 12 mis diwethaf; roedd 59% wedi cael parsel bwyd ar fwy nag un achlysur ond yn llai aml na phob mis; ac roedd 8% wedi cael parsel bwyd bob mis neu'n amlach.[34]

Archfarchnadoedd cymdeithasol

Mae archfarchnadoedd cymdeithasol, clybiau bwyd a phantris/bwtrïoedd cymunedol) yn galluogi pobl i brynu bwyd am bris gostyngol iawn, neu fel rhan o aelodaeth. Sefydliadau cymunedol yw'r rhain fel arfer, a gallant gynnig gwasanaethau ychwanegol fel gwasanaethau atgyfeirio a chyfleoedd gwirfoddoli. Mae'r holl fwyd, neu rywfaint ohono, yn fwyd dros ben o'r gadwyn cyflenwi bwyd.

Ymwybyddiaeth a defnydd o archfarchnadoedd cymdeithasol

Gofynnwyd i'r ymatebwyr a oedden nhw neu unrhyw un arall yn eu cartref wedi defnyddio archfarchnad gymdeithasol yn ystod y 12 mis diwethaf. Dywedodd un o bob 20 (5%) o'r ymatebwyr eu bod wedi defnyddio archfarchnad gymdeithasol yn ystod y 12 mis diwethaf; dywedodd 79% o'r ymatebwyr nad oedden nhw wedi defnyddio archfarchnad gymdeithasol yn ystod y 12 mis diwethaf. Dywedodd tua 1

[34] Cwestiwn: Pa mor aml yn ystod y 12 mis diwethaf ydych chi, neu unrhyw un arall yn eich cartref, wedi cael parsel 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 = 232, yr holl ymatebwyr a nododd fod rhywun yn eu cartref wedi defnyddio banc bwyd neu ddarparwr bwyd brys neu wedi cael parsel bwyd gan fanc bwyd neu ddarparwr bwyd brys arall yn ystod y 12 mis diwethaf.

o bob 10 (14%) o'r ymatebwyr nad oedden nhw wedi clywed am archfarchnadoedd cymdeithasol[35].

Roedd y defnydd o archfarchnadoedd cymdeithasol yn amrywio rhwng gwahanol gategorïau o bobl yn y ffyrdd canlynol:

- Incwm cartref blynyddol: roedd ymatebwyr ag incwm llai na £19,000 (12%) yn fwy tebygol o fod wedi defnyddio archfarchnad gymdeithasol na'r rhai ag incwm uwch (er enghraifft, 3% o'r rheiny ag incwm rhwng £32,000 neu fwy)**.

- Plant o dan 16 oed yn y cartref: roedd cartrefi â phlant o dan 16 oed (8%) yn fwy tebygol o nodi eu bod wedi defnyddio archfarchnad gymdeithasol o gymharu â chartrefi â phlant o dan 16 oed (4%)**.

- NS-SEC: roedd ymatebwyr a oedd yn ddi-waith am gyfnod hir a/neu nad oedden nhw erioed wedi gweithio (14%) yn fwy tebygol o fod wedi defnyddio archfarchnad gymdeithasol na'r rheiny mewn grwpiau galwedigaethol eraill (er enghraifft, 4% mewn galwedigaethau rheoli, gweinyddol a phroffesiynol) neu fyfyrwyr amser llawn (6%)**.

- Rhanbarth (Lloegr)[36]: roedd lefelau defnyddio archfarchnadoedd cymdeithasol yn amrywio fesul rhanbarth yn Lloegr. Er enghraifft, roedd ymatebwyr sy'n byw yng Ngogledd Orllewin Lloegr (10%), Llundain Fwyaf (7%), a Gogledd Ddwyrain Lloegr (7%) yn fwy tebygol o fod wedi defnyddio archfarchnad gymdeithasol na'r rhai sy'n byw yn Nwyrain Lloegr (1%)**.

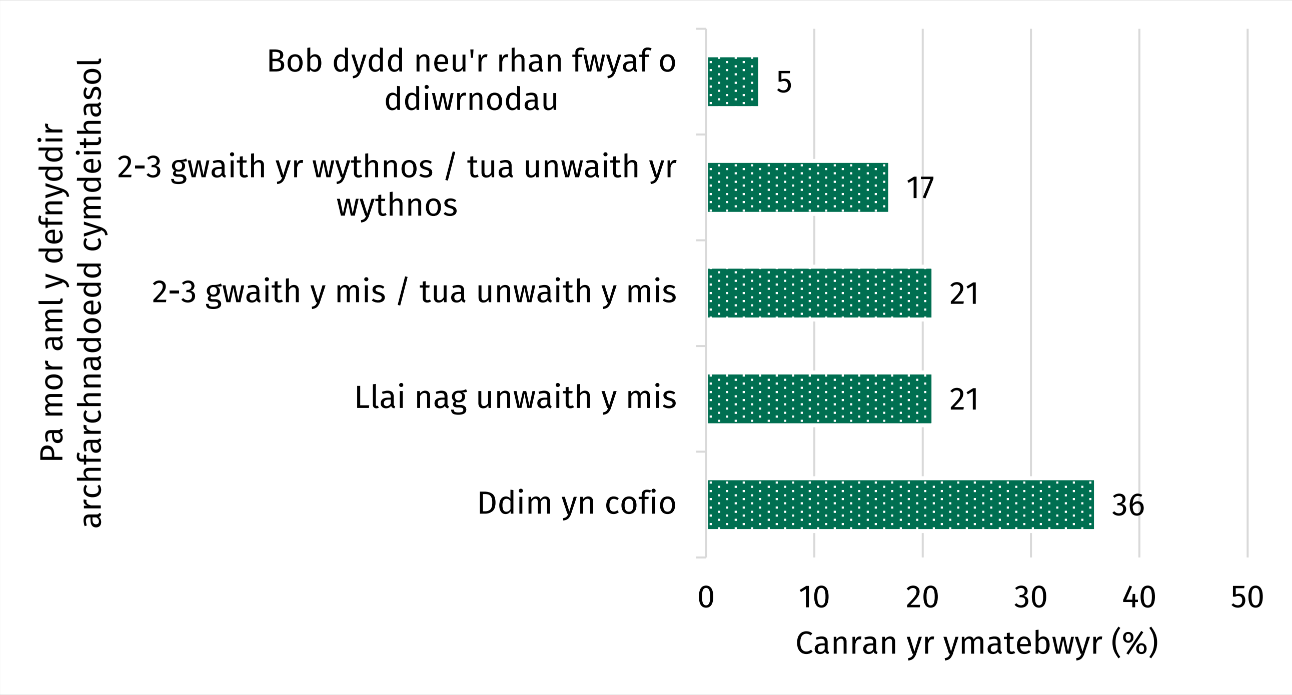
---

[35]Cwestiwn: Yn ystod y 12 mis diwethaf, a ydych chi, neu unrhyw un arall yn eich cartref, wedi defnyddio archfarchnad gymdeithasol (a elwir hefyd yn glwb/hyb bwyd neu bantri cymunedol)? Ymatebion: Ydw/Ydyn, Nac ydw/Nac ydyn, Doeddwn i ddim wedi clywed am archfarchnad gymdeithasol, clwb/hyb bwyd na phantri cymunedol cyn heddiw. Sylfaen= 5812, pawb a ymatebodd.

[36] Dim ond yn Lloegr yr ystyriwyd gwahaniaethau rhanbarthol oherwydd y maint sampl/sylfaen isel yng Nghymru a Gogledd Iwerddon.

- Diogeledd bwyd: roedd ymatebwyr â diogeledd bwyd isel iawn (17%) yn fwy tebygol o fod wedi defnyddio archfarchnad gymdeithasol na'r rheiny â diogeledd bwyd isel (7%) neu ymylol (6%). Y rheiny â diogeledd bwyd uchel (3%) oedd lleiaf tebygol o fod wedi defnyddio archfarchnad gymdeithasol.

Ffigur 13. Pa mor aml y defnyddir archfarchnadoedd cymdeithasol ymhlith defnyddwyr



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 7

Gofynnwyd i'r ymatebwyr a oedd wedi defnyddio archfarchnad gymdeithasol nodi pa mor aml yr oedden nhw wedi defnyddio un yn ystod y 12 mis diwethaf. O blith yr ymatebwyr hyn, roedd 5% wedi defnyddio archfarchnad gymdeithasol bob dydd neu bron bob dydd; roedd 17% wedi defnyddio archfarchnad gymdeithasol 2-3 gwaith yr wythnos neu oddeutu unwaith yr wythnos; roedd 21% wedi defnyddio archfarchnad gymdeithasol 2-3 gwaith y mis neu oddeutu unwaith y mis; ac roedd 21% wedi defnyddio archfarchnad gymdeithasol lai nag unwaith y mis. Fodd bynnag, dywedodd 36% o'r ymatebwyr a oedd wedi defnyddio archfarchnad

gymdeithasol nad oedden nhw'n gallu cofio pa mor aml yr oeddent wedi defnyddio archfarchnad gymdeithasol yn ystod y 12 mis diwethaf (Ffigur 13)[37].

Prydau ysgol am ddim

Gofynnwyd i'r ymatebwyr â phlant rhwng 7 a 15 oed yn eu cartref a yw'r 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 chwarter (25%) o'r ymatebwyr fod y plentyn neu'r plant yn cael prydau ysgol am ddim[38].

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

- Incwm blynyddol y cartref: roedd yr ymatebwyr ag incwm is yn fwy tebygol o ddweud bod eu plentyn/plant yn cael prydau ysgol am ddim o gymharu â'r rheiny ag incwm is. Er enghraifft, dywedodd 64% o'r ymatebwyr ag incwm o lai na £19,000 fod y plentyn/plant yn cael prydau ysgol am ddim o gymharu â 7% o'r rheiny ag incwm rhwng £64,000 a £95,999.

---

[37] Cwestiwn: Pa mor aml yn ystod y 12 mis diwethaf, ydych chi, neu unrhyw un arall yn eich cartref, wedi defnyddio archfarchnad gymdeithasol (a elwir hefyd yn glwb/hyb bwyd neu bantri cymunedol)? Ymatebion: Bob dydd, Bron bob dydd, 2-3 gwaith yr wythnos, tua unwaith yr wythnos, tua unwaith y mis, Llai nag unwaith y mis, Methu cofio. Sylfaen = 278, yr holl ymatebwyr sydd wedi defnyddio archfarchnad gymdeithasol yn y 12 mis diwethaf.

[38] Cwestiwn: A yw unrhyw blentyn yn cael prydau ysgol am ddim? Ymatebion: Ydyw, Nac ydyw, Ddim yn gwybod, Mae'n well gennyf beidio â dweud. Sylfaen= 1023, 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.

- Gwlad: Dywedodd 31% o’r ymatebwyr yng Nghymru a 25% o’r ymatebwyr yn Lloegr fod y plentyn/plant yn cael prydau ysgol am ddim, o gymharu â 14% o’r ymatebwyr yng Ngogledd Iwerddon.
- Diogeledd bwyd: roedd yr ymatebwyr â diogeledd bwyd isel (32%) neu isel iawn (52%) yn fwy tebygol o adrodd bod y plentyn/plant yn cael prydau ysgol am ddim o gymharu â’r rheiny â diogeledd bwyd uchel (13%) neu ymylol (27%).
- Cyflwr iechyd hirdymor: roedd yr ymatebwyr a oedd â chyflwr iechyd hirdymor (43%) yn fwy tebygol o ddweud bod eu plentyn/plant yn cael prydau ysgol am ddim o gymharu â’r rheiny heb gyflwr iechyd hirdymor (20%).

Pennod 4: Siopa am fwyd a labelu bwyd

Cyflwyniad

Mae labelu bwyd yn rhan o gylch gwaith nifer o gyrff, a'r rheiny'n amrywio rhwng Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon.

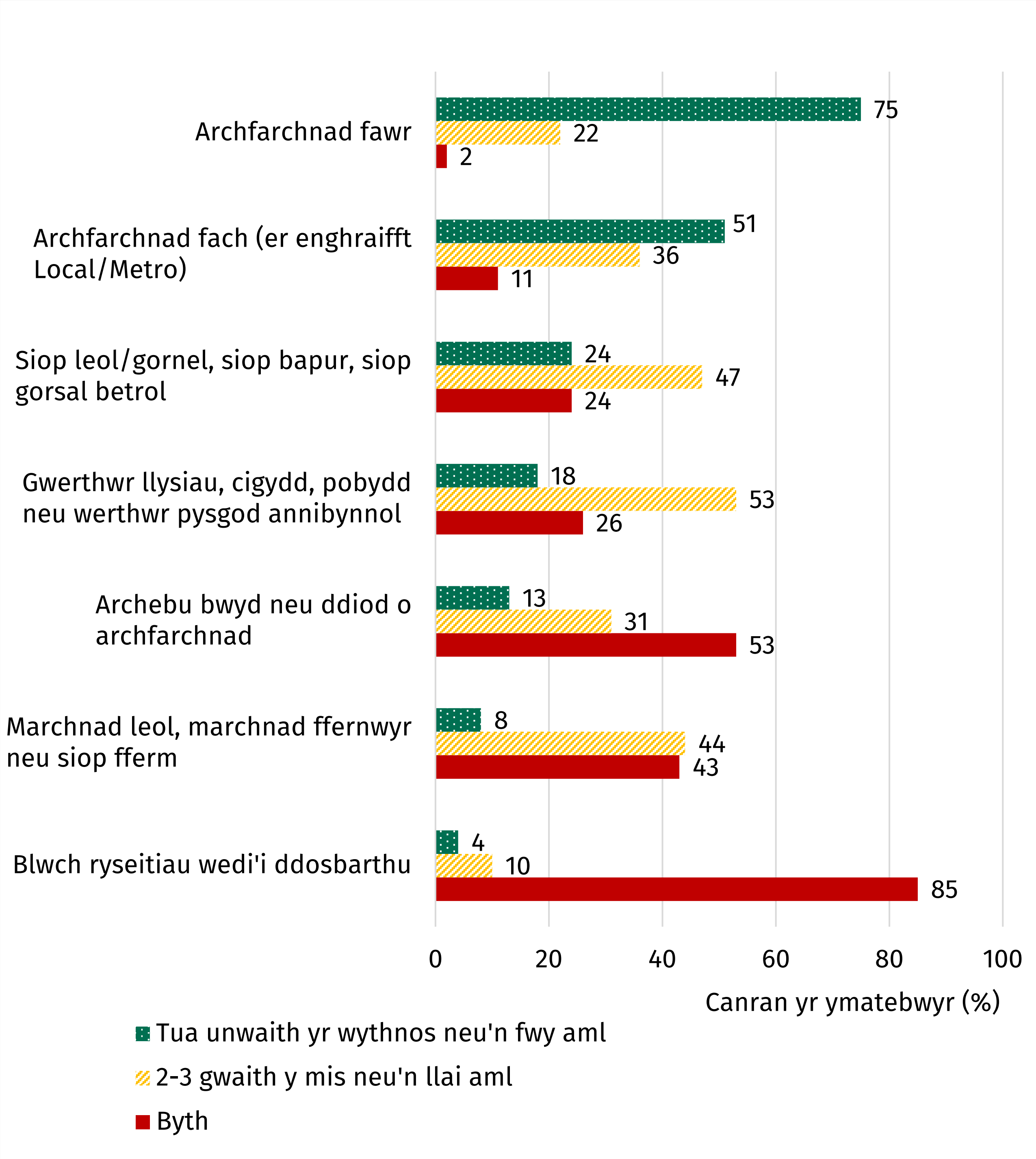
Mae'r ASB yn gyfrifol am yr agweddau hynny ar labelu bwyd sy'n ymwneud â diogelwch bwyd ac alergenau yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon. Yn ogystal, mae'r ASB yng Nghymru yn gyfrifol am labelu bwyd sy'n ymwneud â safonau cyfansoddiad bwyd a'r wlad tarddiad. Mae'r ASB yng Ngogledd Iwerddon yn gyfrifol am labelu bwyd mewn perthynas â safonau cyfansoddiad bwyd, gwlad tarddiad, a maeth[39].

Mae Adran yr Amgylchedd, Bwyd a Materion Gwledig (Defra) yn chwarae rôl bwysig mewn perthynas â chynhyrchu bwyd, ac mae'n gyfrifol am agweddau ar labelu bwyd, fel cyfansoddiad a tharddiad.

Mae'r bennod hon yn rhoi trosolwg o brynu bwyd, yr hyn y mae'r ymatebwyr yn chwilio amdano pan fyddan nhw'n siopa, a hyder mewn labelu alergenau. Cyd-ariannodd Defra gwestiynau yn y bennod hon sy'n ymwneud â tharddiad bwyd, cynaliadwyedd a lles anifeiliaid.

[39] Mae safonau maeth a labelu bwyd o ran maeth yn rhan o gylch gwaith Llywodraeth Cymru yng Nghymru a'r Adran Iechyd a Gofal Cymdeithasol yn Lloegr.

Ffigur 14. O ble mae'r ymatebwyr yn prynu bwyd



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 7

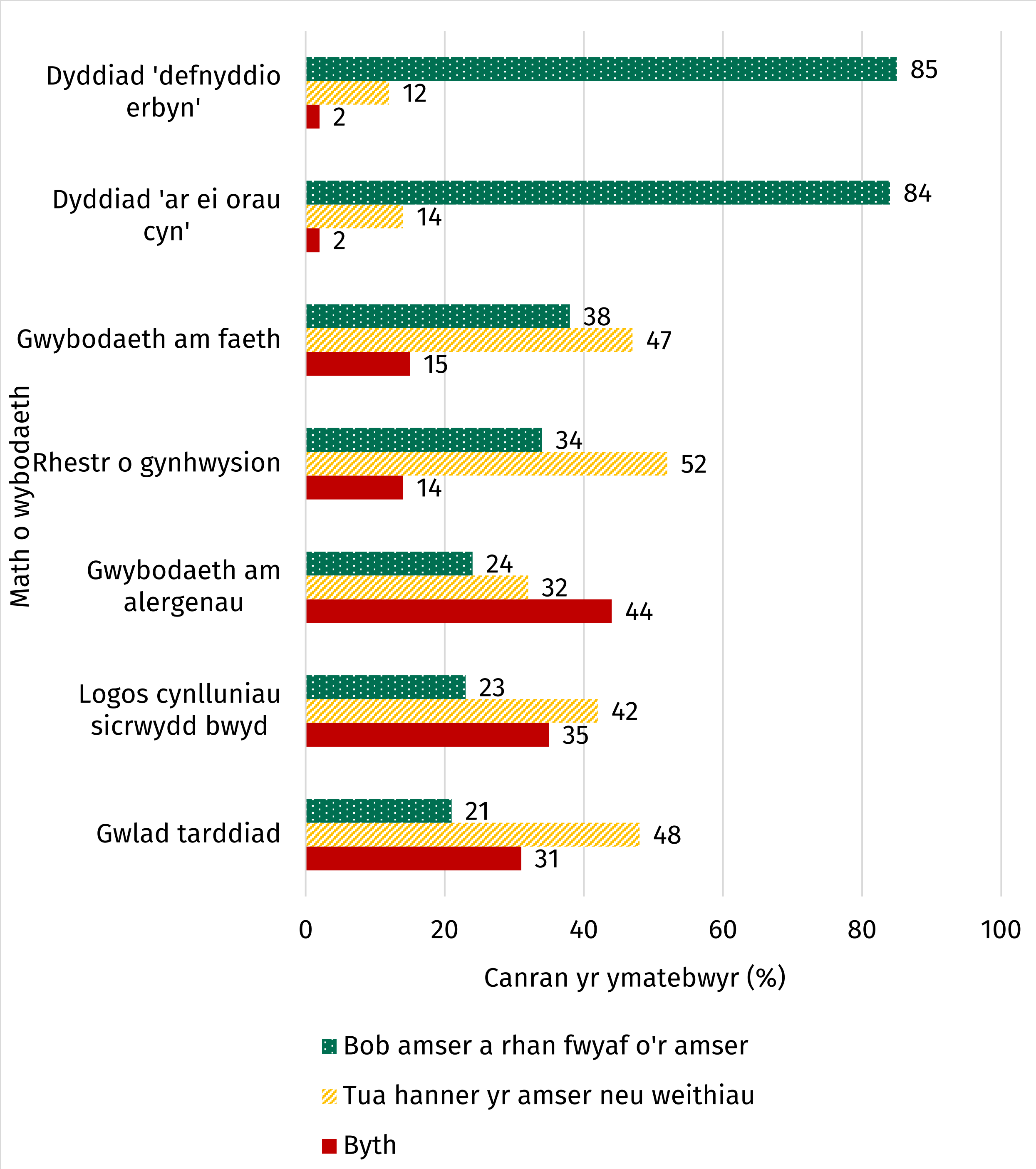
Gofynnwyd i'r ymatebwyr ddweud ble a pha mor aml y maen nhw'n prynu bwyd. Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr eu bod yn prynu bwyd o archfarchnad fawr (75%) neu archfarchnad fach tua unwaith yr wythnos neu'n amlach (51%).

Dywedodd tua hanner (53%) o'r ymatebwyr eu bod yn prynu bwyd o siopau annibynnol (siopau ffrwythau a llysiau, cigyddion, pobyddion, siopau pysgod); roedd 47% yn prynu bwyd o siop gornel leol, siop bapurau newydd neu siop gorsaf betrol; ac roedd 44% yn prynu bwyd o farchnadoedd lleol/ffermwyr neu siopau fferm 2-3 gwaith y mis neu'n llai aml. Dywedodd tua hanner (53%) yr ymatebwyr nad oeddent erioed wedi archebu bwyd na diod ar-lein o archfarchnad. Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr (85%) nad oeddent erioed wedi cael blwch ryseitiau wedi'i ddosbarthu (Ffigur 14)[40].

[40] Cwestiwn: Pa mor aml, os o gwbl, ydych chi'n...a) siopa am fwyd mewn archfarchnad fawr b) siopa am fwyd mewn siop mewn archfarchnad fach (er enghraifft Local/Metro. c) siopa am fwyd mewn siopau ffrwythau a llysiau annibynnol, cigyddion, siopau bara neu siopau pysgod. d) siopa am fwyd mewn siopau lleol/cornel, siopau papurau newydd neu siopau gorsaf betrol. e) cael bwyd wedi'i ddosbarthu i'ch cartref o archfarchnad. f) siopa am fwyd mewn marchnad leol, marchnad ffermwyr neu siop fferm. g) cael bocs ryseitiau i'ch cartref (er enghraifft Hello Fresh, Gousto). Ymatebion: bob dydd, bron bob dydd, 2-3 gwaith yr wythnos, tua unwaith yr wythnos, 2-3 gwaith y mis, tua unwaith y mis, llai nag unwaith y mis, byth, methu cofio, dydw i ddim yn siopa am fwyd. Sylfaen = 5812, yr holl ymatebwyr sy'n ysgwyddo o leiaf rywfaint o'r cyfrifoldeb dros siopa am fwyd ar gyfer eu cartref.

Beth mae’r ymatebwyr yn nodi eu bod yn chwilio amdano wrth brynu bwyd?

Ffigur 15. Pa wybodaeth y mae’r ymatebwyr yn chwilio amdani wrth brynu bwyd



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 7

Gofynnwyd i'r ymatebwyr nodi pa wybodaeth maen nhw'n chwilio amdani wrth brynu bwyd. Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr eu bod 'bob amser' neu 'y rhan fwyaf o'r amser' yn gwirio'r dyddiad 'defnyddio erbyn' (85%) neu'r dyddiad 'ar ei orau cyn' (84%) wrth brynu bwyd. Dywedodd yr ymatebwyr eu bod yn chwilio am y rhestr gynhwysion (52%), gwybodaeth am faeth (47%), y wlad tarddiad (48%), a'r logos cynlluniau sicrwydd bwyd (42%) 'tua hanner yr amser' neu'n 'achlysurol'. Yr wybodaeth am alergenau oedd yn cael ei gwirio leiaf aml gan yr ymatebwyr (Ffigur 15)[41]. Fodd bynnag, roedd yr ymatebwyr ag alergedd bwyd yn unig (64%)* neu anoddefiad bwyd yn unig (40%) yn fwy tebygol o chwilio am wybodaeth am alergenau 'bob amser' neu'r 'rhan fwyaf o'r amser' wrth siopa am fwyd o gymharu â'r rheiny heb orsensitifrwydd i fwyd (19%).

Gofynnwyd i'r ymatebwyr beth yn eu barn nhw oedd bwysicaf wrth benderfynu pa fwyd i'w brynu, gan ddewis o blith rhestr o opsiynau. Yr hyn a ddewiswyd amlaf oedd pris neu werth am arian (61%), ac yna ansawdd (39%), pa mor ffres yw bwyd

[41] Cwestiwn: Wrth siopa am fwyd, pa mor aml, os o gwbl, ydych chi'n chwilio am y canlynol... a) dyddiadau defnyddio erbyn. b) dyddiadau ar ei orau cyn. c) rhestr gynhwysion. d) gwybodaeth am alergenau. e) gwybodaeth am faeth. f) gwlad tarddiad. g) logos cynlluniau sicrwydd bwyd. Ymatebion: bob amser, y rhan fwyaf o'r amser, tua hanner yr amser, weithiau, byth, ddim yn gwybod. Sylfaen = 3394, pawb a ymatebodd ar-lein sy'n siopa am fwyd. Sylwch: sylfaen alergeddau yn unig n=93*.

(29%), a dyddiadau defnyddio erbyn a/neu pa mor hir y bydd yn cadw (27%). Roedd tua 2 o bob 10 wedi dewis blas (23%), ac iachusrwydd (22%).[42]

Pan ofynnwyd iddyn nhw pa wybodaeth maen nhw'n ei defnyddio i farnu ansawdd bwyd o blith rhestr o opsiynau, dywedodd yr ymatebwyr eu bod yn defnyddio ffresni (55%), blas (48%), ac sut mae'r bwyd yn edrych (43%) amlaf i farnu ansawdd bwyd. Dywedodd llai o'r ymatebwyr eu bod yn barnu ansawdd bwyd yn ôl cynhwysion (29%), pris (28%), brand (21%), lles anifeiliaid (16%) a gwlad tarddiad (11%). Cynlluniau sicrwydd (9%), effaith amgylcheddol (5%) a chyfleustra (3%) a ddefnyddir leiaf gan yr ymatebwyr wrth farnu ansawdd bwyd.[43]

Safbwyntiau ar les anifeiliaid, tarddiad bwyd a diod ac effaith amgylcheddol bwyd

Gofynnwyd i'r ymatebwyr am eu safbwyntiau ar les anifeiliaid, tarddiad bwyd a diod, ac effaith amgylcheddol bwyd. Dywedodd mwyafrif helaeth yr ymatebwyr ei bod yn bwysig prynu cig, wyau a llaeth sy'n cael eu cynhyrchu yn unol â safonau lles anifeiliaid uchel (85%), prynu bwyd nad yw'n cael effaith fawr ar yr amgylchedd (74%) a phrynu bwyd sy'n cael ei gynhyrchu ym Mhrydain (66%).

---

[42] Cwestiwn: Beth sydd bwysicaf i chi pan fyddwch chi'n dewis pa fwydydd i'w prynu? Ymatebion: pris/gwerth am arian, ansawdd, ffresni, blas, sut mae'n edrych, iachusrwydd, dyddiad 'defnyddio erbyn'/pa mor hir y bydd y bwyd yn cadw, gwlad tarddiad, cynhwysion, a yw'n foesegol neu'n eco-gyfeillgar, dulliau ffermio, er enghraifft, organig neu ffermio maes, sut mae'n cael ei wneud neu sut mae'n cael ei gynhyrchu, dewis/argaeledd/amrywiaeth, prynu beth mae fy nghartref/plant eisiau, ymddiriedaeth yn y cyflenwr, diogelwch y cynnyrch, cyfleustra/pa mor hawdd yw ei goginio neu ei baratoi, arall, ddim yn gwybod. Sylfaen = 5157, pawb a ymatebodd ar-lein a'r rheiny a atebodd holiadur Cymru a Lloegr drwy'r post.

[43]Cwestiwn: Beth ydych chi'n ei ddefnyddio i farnu ansawdd bwyd? Ymatebion: blas, sut mae'n edrych, gwlad tarddiad, cyfleustra, cynhwysion, lles anifeiliaid, ffresni, cynlluniau sicrwydd, brand, pris, effaith amgylcheddol, arall. Sylfaen = 5157, pawb a ymatebodd ar-lein a'r rheiny a atebodd holiadur Cymru a Lloegr drwy'r post.

Dywedodd tua hanner (49%) yr ymatebwyr ei bod yn bwysig prynu diod a gynhyrchir ym Mhrydain[44].

Gofynnwyd i'r ymatebwyr ddweud pa mor aml maen nhw'n chwilio am wybodaeth am effaith amgylcheddol bwyd ac am les anifeiliaid wrth siopa. Dywedodd chwarter (25%) yr ymatebwyr eu bod yn chwilio am wybodaeth am yr effaith ar yr amgylchedd 'bob amser' neu'r 'rhan fwyaf o'r amser'. Dywedodd tua thraean (34%) yr ymatebwyr eu bod yn chwilio am wybodaeth am les anifeiliaid wrth brynu bwyd 'bob amser' neu'r 'rhan fwyaf o'r amser'.[45]

Gofynnwyd i'r ymatebwyr nodi pa mor aml, lle bo'n bosib, y maen nhw'n prynu bwyd a gynhyrchwyd ym Mhrydain sydd â gwybodaeth am les anifeiliaid neu sydd ag effaith amgylcheddol isel. Mae tua 6 o bob 10 o'r ymatebwyr yn aml (hynny yw, 'bob amser' neu'r 'rhan fwyaf o'r amser') yn prynu cig, wyau a llaeth sydd â gwybodaeth am les anifeiliaid (57%), mae 51% yn aml yn prynu bwyd a gynhyrchwyd ym Mhrydain, ac mae 36% yn aml yn prynu bwyd sydd ag effaith

[44] Cwestiwn: Pa mor bwysig yw hi i chi… a) brynu bwyd a gynhyrchwyd ym Mhrydain [os yng Ngogledd Iwerddon: y DU ac Iwerddon] b) prynu diod a gynhyrchwyd ym Mhrydain [os yng Ngogledd Iwerddon: y DU ac Iwerddon] c) prynu cig, wyau a chynnyrch llaeth sy'n cael eu cynhyrchu yn unol â safonau uchel o ran lles anifeiliaid. d) prynu bwyd sydd ag effaith amgylcheddol isel. Ymatebion: pwysig iawn, eithaf pwysig, ddim yn bwysig iawn, ddim yn bwysig o gwbl, ddim yn gwybod. Sylfaen = 5157, pawb a ymatebodd ar-lein a'r rheiny a atebodd holiadur Cymru a Lloegr drwy'r post.

[45]Cwestiwn: Wrth brynu bwyd, pa mor aml ydych chi'n gwneud y canlynol… a) chwilio am wybodaeth am les anifeiliaid. B) chwilio am wybodaeth am effaith amgylcheddol. Ymatebion: bob amser, y rhan fwyaf o'r amser, tua hanner yr amser, weithiau, byth, ddim yn gwybod. Sylfaen = 5157, pawb a ymatebodd ar-lein a'r rheiny a atebodd holiadur Cymru a Lloegr drwy'r post.

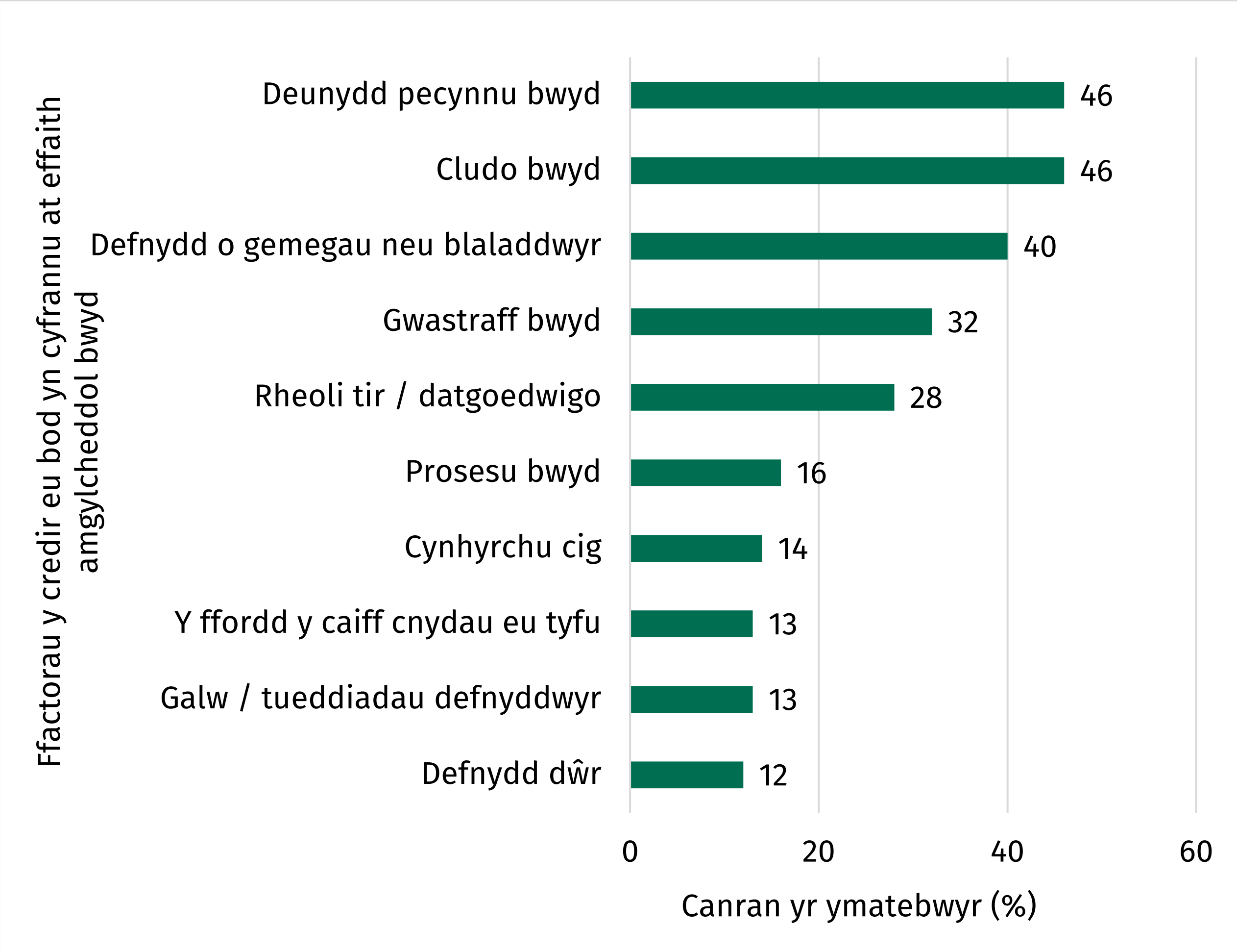
amgylcheddol isel[46]. Roedd hanner yr ymatebwyr (50%) o'r farn bod cynhyrchion bwyd yn dangos digon o wybodaeth am eu gwlad tarddiad. Roedd tua thraean (34%) yr ymatebwyr o'r farn bod cig, wyau a chynhyrchion llaeth yn dangos digon o wybodaeth am les anifeiliaid, ac roedd 21% o'r farn bod cynhyrchion bwyd yn dangos digon o wybodaeth am eu heffaith amgylcheddol[47].

---

[46] Cwestiwn: Pa mor aml ydych chi'n gwneud y canlynol, lle bo'n bosib? A) Prynu bwyd a gynhyrchwyd ym Mhrydain [yng Ngogledd Iwerddon: 'y DU ac Iwerddon']? B) Prynu cig, wyau a llaeth sydd â gwybodaeth am les anifeiliaid. C) Prynu bwyd nad yw'n cael effaith fawr ar yr amgylchedd. Ymatebion: bob amser, y rhan fwyaf o'r amser, tua hanner yr amser, weithiau, byth, ddim yn gwybod. Sylfaen = 5157, pawb a ymatebodd ar-lein a'r rheiny a atebodd holiadur Cymru a Lloegr drwy'r post.

[47] Cwestiwn: I ba raddau ydych chi'n cytuno neu'n anghytuno â'r canlynol? a) mae cig, wyau a chynhyrchion llaeth yn dangos digon o wybodaeth am les anifeiliaid. b) mae cynhyrchion bwyd yn dangos digon o wybodaeth am eu heffaith amgylcheddol c) mae cynhyrchion bwyd yn dangos digon o wybodaeth am eu gwlad tarddiad. Ymatebion: cytuno'n gryf, cytuno, ddim yn cytuno nac yn anghytuno, anghytuno, anghytuno'n gryf, ddim yn gwybod. Sylfaen = 5157, pawb a ymatebodd ar-lein a'r rheiny a atebodd holiadur Cymru a Lloegr drwy'r post.

Ffigur 16. Ffactorau y credir eu bod yn cyfrannu fwyaf at effaith amgylcheddol bwyd

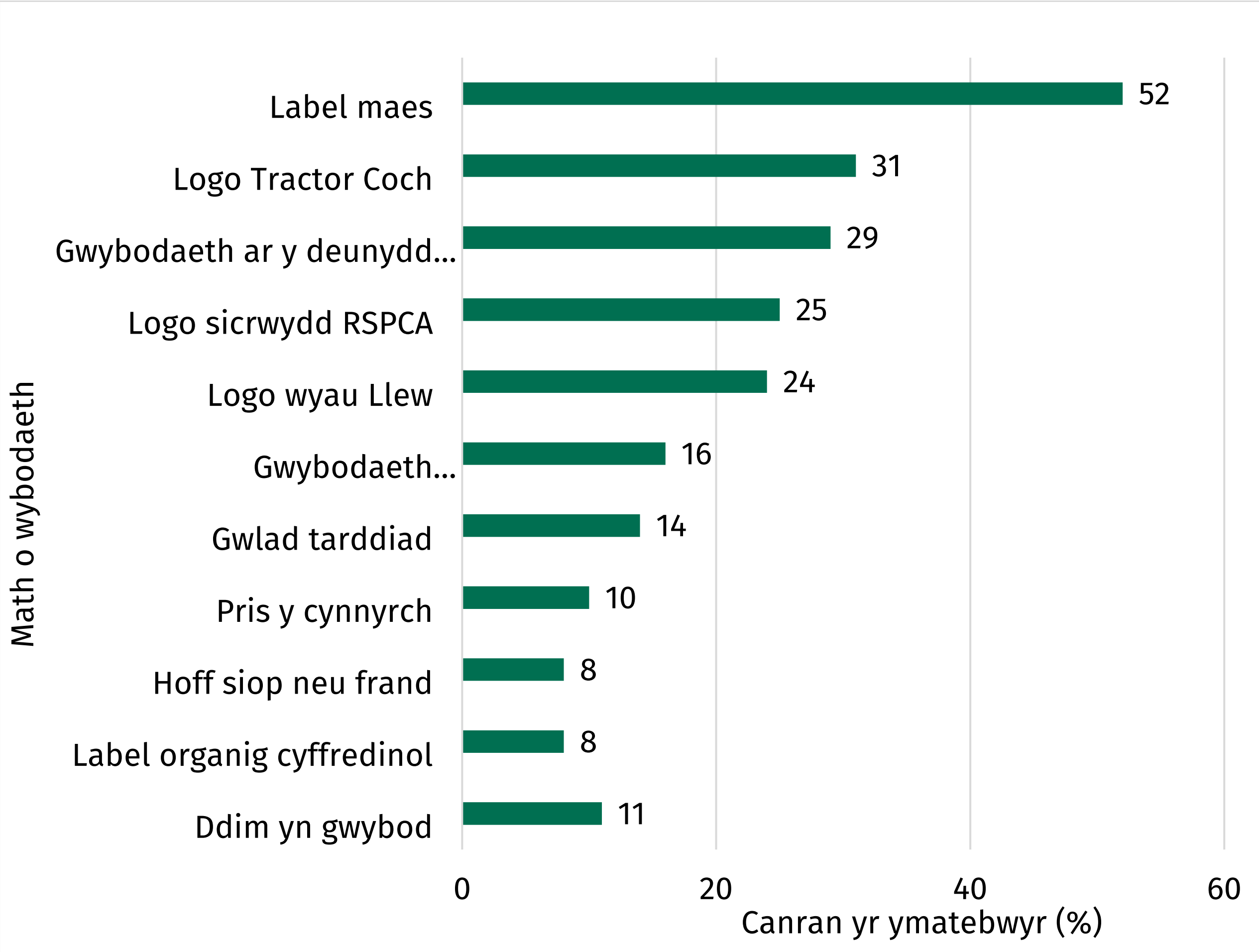


Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 7

Gofynnwyd i'r ymatebwyr beth, o blith rhestr o opsiynau, sy'n cyfrannu fwyaf at effaith amgylcheddol bwyd yn eu barn nhw. Y ffactorau y credir eu bod yn cyfrannu fwyaf at effaith amgylcheddol bwyd oedd deunydd pecynnu bwyd (46%) a chludo bwyd (46%). Ystyriwyd bod y defnydd o gemegion a phlaladdwyr (40%),

gwastraff bwyd (32%) a rheoli tir a/neu ddatgoedwigo (28%) hefyd yn ffactorau sy'n cyfrannu at effaith amgylcheddol bwyd (Ffigur 16).[48]

Ffigur 17. Yr hyn a fyddai'n nodi safonau lles anifeiliaid uchel wrth gynhyrchu cig, wyau a chynhyrchion llaeth ym marn yr ymatebwyr



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 7

[48] Cwestiwn: Beth ydych chi'n meddwl sy'n cyfrannu at effaith amgylcheddol bwyd? Ymatebion: deunydd pecynnu bwyd, cemegion neu blaladdwyr, cludo bwyd, rheoli tir/datgoedwigo, gwastraff bwyd, cynhyrchu cig, y ffordd y caiff cnydau eu tyfu, prosesu bwyd, galw/tueddiadau defnyddwyr, defnydd dŵr, arall, ddim yn gwybod. Sylfaen = 5157, pawb a ymatebodd ar-lein a'r rheiny a atebodd holiadur Cymru a Lloegr drwy'r post.

Pan ofynnwyd i'r ymatebwyr, o blith rhestr o opsiynau, beth fyddai'n nodi a yw cynnyrch sy'n cynnwys cig, wyau neu laeth wedi'i gynhyrchu yn unol â safonau lles anifeiliaid uchel, y dangosydd mwyaf cyffredin a ddewiswyd oedd label ffermio maes (*free-range*) (52%). Roedd logo'r Tractor Coch (31%) a gwybodaeth ar ddeunydd pecynnu (29%) yn ddangosyddion eraill a ddewiswyd ar gyfer safonau lles anifeiliaid. Dywedodd tua 1 o bob 10 (11%) nad ydyn nhw yn gwybod beth fyddai'n dangos a oedd cynnyrch sy'n cynnwys cig, wyau neu gynnyrch llaeth wedi'i gynhyrchu â safonau uchel o ran lles anifeiliaid (Ffigur 17)[49].

Hyder mewn labelu alergenau

Gofynnwyd i'r ymatebwyr sy'n gwneud y siopa bwyd ac sy'n ystyried rhywun sydd ag alergedd neu anoddefiad bwyd pa mor hyderus roedden nhw fod yr wybodaeth a ddarperir ar labeli bwyd yn eu galluogi i nodi bwydydd a fyddai'n achosi adwaith corfforol gwael neu annymunol. Yn gyffredinol, dywedodd 83% o'r ymatebwyr fod

[49]Cwestiwn: Beth fyddai'n dangos i chi a yw cynnyrch sy'n cynnwys cig, wyau neu laeth wedi'i gynhyrchu yn unol â safonau uchel o ran lles anifeiliaid? Ymatebion: label ffermio maes, gwybodaeth ar ddeunydd pecynnu, gwlad tarddiad, olrheiniadwyedd cynnyrch, hoff frand neu siop, sut mae'r cynnyrch yn edrych, pris cynnyrch, label organig generig, logo'r Tractor Coch, label sicrwydd yr RSPCA, logo wyau Llew, logo Cymdeithas y Pridd, logo'r Cyngor Stiwardiaeth Forol (MSC), logo/ardystiad arall [testun agored], arall [testun agored], ddim yn gwybod. Sylfaen = 5157, pawb a ymatebodd ar-lein a'r rheiny a atebodd holiadur Cymru a Lloegr drwy'r post.

ganddyn nhw hyder (hynny yw, eu bod yn hyderus iawn neu eithaf hyderus) yn yr wybodaeth a ddarperir[50].

Gofynnwyd i'r ymatebwyr pa mor hyderus roedden nhw o ran nodi bwydydd a fydd yn achosi adwaith corfforol gwael neu annymunol pan fyddan nhw'n prynu bwydydd sy'n cael eu gwerthu'n rhydd, fel mewn siop fara neu o gownter deli. Roedd yr ymatebwyr a oedd yn prynu bwyd yn rhydd yn fwy hyderus wrth nodi'r bwydydd hyn mewn archfarchnadoedd (72%), mewn archfarchnadoedd ar-lein (68%) ac wrth siopa mewn siopau bwyd annibynnol (65%) o gymharu â phrynu bwyd o farchnadoedd bwyd neu stondinau bwyd (55%)[51].

[50]Cwestiwn: Pa mor hyderus ydych chi bod yr wybodaeth sydd ar labeli bwyd yn golygu y byddwch chi'n gallu nodi bwyd a fydd yn achosi adwaith corfforol gwael neu annymunol i chi neu aelod arall o'ch cartref? Ymatebion: yn hyderus iawn, yn eithaf hyderus, ddim yn hyderus iawn, ddim yn hyderus o gwbl, mae'n amrywio o le i le, ddim yn gwybod. Sylfaen = 2472, yr holl ymatebwyr sy'n ystyried eu gofynion deietegol eu hunain/rhywun arall yn y cartref wrth siopa.

[51]Cwestiwn: Wrth brynu bwyd sy'n cael ei werthu'n rhydd (er enghraifft mewn siop fara neu o gownter deli), pa mor hyderus ydych chi y byddwch chi'n gallu nodi bwyd a fydd yn achosi adwaith corfforol gwael neu annymunol i chi neu aelod arall o'ch cartref? Ystyriwch fwyd a werthir yn rhydd o'r ffynonellau canlynol... a) archfarchnadoedd. b) archfarchnadoedd ar-lein. c) siopau bwyd annibynnol. d) marchnadoedd/stondinau bwyd. Ymatebion: yn hyderus iawn, yn eithaf hyderus, ddim yn hyderus iawn, ddim yn hyderus o gwbl, mae'n amrywio o le i le, ddim yn gwybod. Sylfaen A=2369, B=1925, C=2267, D=2153, pawb a ymatebodd ar-lein a'r rheiny a lenwodd fersiwn A yr holiadur post, sy'n ystyried eu gofynion deietegol eu hunain/rhywun arall yn eu cartref wrth siopa, ac eithrio 'Dydw i ddim yn prynu bwyd o'r mannau hyn'/'Dydw i ddim yn prynu bwyd rhydd'.

Pennod 5: Llwyfannau ar-lein

Cyflwyniad

Mae llwyfan gwerthu bwyd ar-lein yn fusnes technoleg sy'n hwyluso cyfnewid bwyd rhwng gwerthwyr a defnyddwyr. Rhaid i unrhyw fusnes sy'n gwerthu bwyd ar-lein, gan gynnwys busnesau dosbarthu bwyd, gael ei gofrestru fel busnes bwyd[52]. Mae'r ASB yn darparu canllawiau ar gyfer busnesau bwyd sy'n defnyddio llwyfannau ar-lein[53] . Bydd swyddog diogelwch bwyd o'r awdurdod lleol yn arolygu busnes i sicrhau ei fod yn dilyn cyfraith hylendid bwyd fel bod y bwyd yn ddiogel i'w fwyta.

Gofynnodd Bwyd a Chi 2 i'r ymatebwyr am eu defnydd o wahanol fathau o lwyfannau ar-lein sy'n gwerthu bwyd, a'u profiadau ohonyn nhw. Gofynnir cwestiynau i ystod o lwyfannau ar-lein, fel busnesau bwyd a gwefannau dosbarthu bwyd, apiau rhannu bwyd, a marchnadoedd cyfryngau cymdeithasol.

Mae'r bennod hon yn rhoi trosolwg o ddefnydd yr ymatebwyr o lwyfannau ar-lein, gan gynnwys pa mor aml mae pobl yn defnyddio llwyfannau ar-lein i brynu bwyd a diod, a'r mathau o fwyd a diod mae pobl yn eu harchebu. Mae hefyd yn darparu gwybodaeth am ymwybyddiaeth pobl a'u defnydd o sgoriau hylendid bwyd a gwybodaeth am alergenau ar lwyfannau ar-lein.

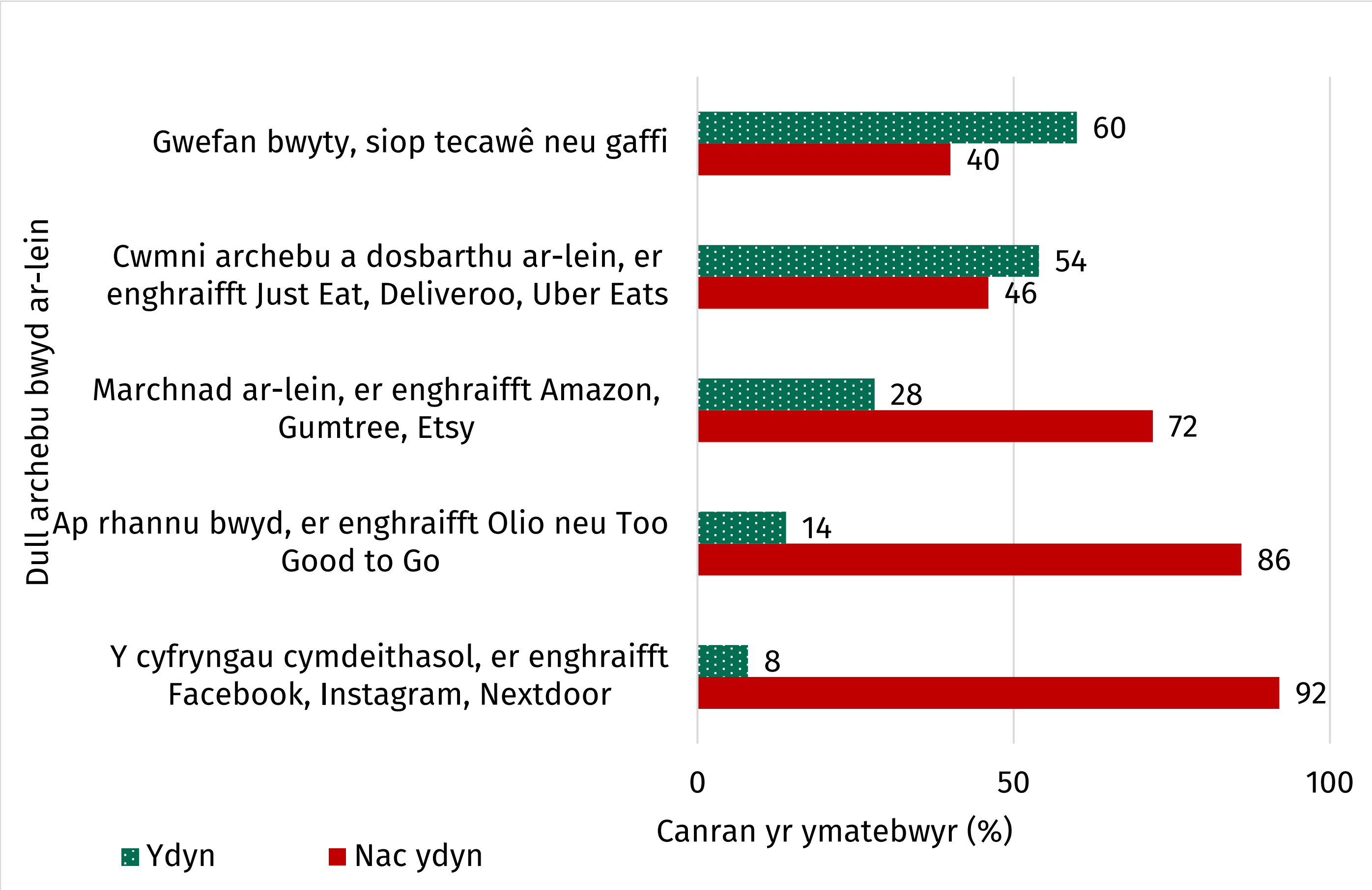
---

[52]Cyngor i fusnesau sy'n gwerthu bwyd ar-lein, ASB. Rheoliad (CE) Senedd a Chyngor Ewrop Rhif 178/2002, 28 Ionawr 2002.

[53]Gwerthu o bell, archebu trwy'r post a dosbarthu, ASB. Diogelwch bwyd ar gyfer dosbarthu bwyd, ASB.

Pa lwyfannau ar-lein a ddefnyddir i archebu bwyd neu ddiod ar-lein?

Ffigur 18. Y llwyfannau y mae'r ymatebwyr yn archebu bwyd neu ddiod ar-lein



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 7

Gofynnwyd i'r ymatebwyr nodi a ydyn nhw erioed wedi archebu bwyd neu ddiod ar-lein trwy nifer o wahanol lwyfannau. Dywedodd chwech o bob deg o'r ymatebwyr eu bod wedi archebu bwyd neu ddiod o wefannau bwyty, siop tecawê neu gaffi (60%), tra bod tua hanner yr ymatebwyr wedi archebu gan gwmni archebu a dosbarthu ar-lein (er enghraifft, Just Eat, Deliveroo, Uber Eats) (54%). Roedd tua 3 o bob 10 (28%) o'r ymatebwyr wedi archebu bwyd trwy farchnad ar-lein (er enghraifft Amazon, Gumtree, Etsy). Y llwyfannau a ddefnyddiwyd leiaf gan ymatebwyr oedd apiau rhannu bwyd (er enghraifft Olio, Too Good To Go) (14%) a

llwyfannau cyfryngau cymdeithasol (er enghraifft, Facebook, Instagram, Nextdoor) (8%) (Ffigur 18)[54].

Roedd y defnydd o farchnadoedd ar-lein (er enghraifft, Amazon, Gumtree, Etsy) i archebu bwyd neu ddiod yn amrywio rhwng gwahanol gategorïau o bobl yn y ffyrdd canlynol:

- Grŵp oedran: roedd oedolion iau yn fwy tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod o farchnad ar-lein o gymharu ag oedolion hŷn. Er enghraifft, roedd 41% o bobl 16-24 oed wedi archebu bwyd neu ddiod o farchnad ar-lein o gymharu ag 11% o'r rheiny 75 oed neu hŷn.
- Maint y cartref: roedd yr ymatebwyr a oedd yn byw mewn cartrefi mwy yn fwy tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod o farchnad ar-lein na'r rheiny a oedd yn byw mewn cartrefi llai. Er enghraifft, roedd 21% o'r rheiny a oedd yn byw mewn cartrefi 1 person wedi archebu bwyd neu ddiod o farchnad ar-lein o gymharu â 36% o'r rheiny mewn cartrefi â 5 person neu fwy.
- Plant (dan 16 oed) yn y cartref: roedd 36% o'r rheiny â phlant o dan 16 oed yn y cartref wedi archebu bwyd neu ddiod o farchnad ar-lein o gymharu â 25% o'r rheiny heb blant o dan 16 oed.
- Plant (dan 6 oed) yn y cartref: roedd 39% o'r rheiny â phlant o dan 6 oed yn y cartref wedi archebu bwyd neu ddiod o farchnad ar-lein o gymharu â 27% o'r rheiny heb blant o dan 6 oed.
- NS-SEC: roedd yr ymatebwyr mewn galwedigaethau goruchwylio a thechnegol is (35%), myfyrwyr llawn amser (35%) a'r rheiny a oedd yn ddi-waith yn y tymor hir a/neu nad oeddent erioed wedi gweithio (34%) yn fwy tebygol o fod wedi

[54] Cwestiwn: Ydych chi erioed wedi archebu bwyd neu ddiod ar-lein trwy'r canlynol...? a) gwefan bwyty, caffi neu siop tecawê ei hun. b) cwmni archebu a dosbarthu ar-lein, er enghraifft, Just Eat, Deliveroo neu Uber Eats, ac ati. c) marchnad ar-lein, er enghraifft, Amazon, Gumtree, Etsy, ac ati. d) cyfryngau cymdeithasol, er enghraifft, Facebook, Instagram, Nextdoor, ac ati. e) ap rhannu bwyd, er enghraifft, Olio neu Too Good To Go, ac ati. Ymatebion: ydw, nac ydw. Sylfaen= 3617, pawb a ymatebodd ar-lein.

archebu bwyd neu ddiod o farchnad ar-lein na’r rheiny mewn grwpiau galwedigaethol eraill (er enghraifft, 24% mewn galwedigaethau canolradd).

- Diogeledd bwyd: roedd yr ymatebwyr yn y categorïau isel (43%) neu isel iawn (39%) o ran diogeledd bwyd yn fwy tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod o farchnad ar-lein na’r rheiny â diogeledd bwyd ymylol (31%) neu uchel (23%)**.
- Cyfrifoldeb dros goginio: roedd y rheiny sy’n coginio (29%) yn fwy tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod o farchnad ar-lein na’r rheiny nad ydyn nhw byth yn coginio (17%).
- Cyfrifoldeb dros siopa: roedd y rheiny sy’n siopa am fwyd (29%) yn fwy tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod o farchnad ar-lein na'r rheiny nad ydyn nhw byth yn siopa am fwyd (16%).

Roedd defnyddio’r cyfryngau cymdeithasol (er enghraifft, Facebook, Instagram, Nextdoor) i archebu bwyd neu ddiod yn amrywio rhwng gwahanol gategorïau o bobl yn y ffyrdd canlynol:

- Grŵp oedran: roedd oedolion iau yn fwy tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod trwy’r cyfryngau cymdeithasol nag oedolion hŷn. Er enghraifft, roedd 15% o bobl 16-24 oed wedi archebu bwyd neu ddiod o’r cyfryngau cymdeithasol o gymharu â 3% o bobl 75 oed neu hŷn.
- Plant (dan 6 oed) yn y cartref: Roedd 7% o’r rheiny â phlant o dan 6 oed yn y cartref wedi archebu bwyd neu ddiod o’r cyfryngau cymdeithasol o gymharu â 17% o’r rheiny heb blant o dan 6 oed.
- Incwm blynyddol y cartref: roedd yr ymatebwyr ag incwm is yn fwy tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod o’r cyfryngau cymdeithasol o gymharu â’r rheiny ag incwm uwch. Er enghraifft, roedd 13% o’r rheiny ag incwm o lai na £19,000 wedi archebu bwyd neu ddiod o’r cyfryngau cymdeithasol o gymharu â 4% o’r rheiny ag incwm o fwy na £96,000**.
- NS-SEC: roedd myfyrwyr llawn amser (17%) a’r rheiny a oedd yn ddi-waith am gyfnod hir a/neu nad oeddent erioed wedi gweithio (17%) yn fwy tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod o’r cyfryngau cymdeithasol na’r rheiny mewn

rhai grwpiau galwedigaethol eraill (er enghraifft, 7% mewn galwedigaethau rheoli, gweinyddol a phroffesiynol).

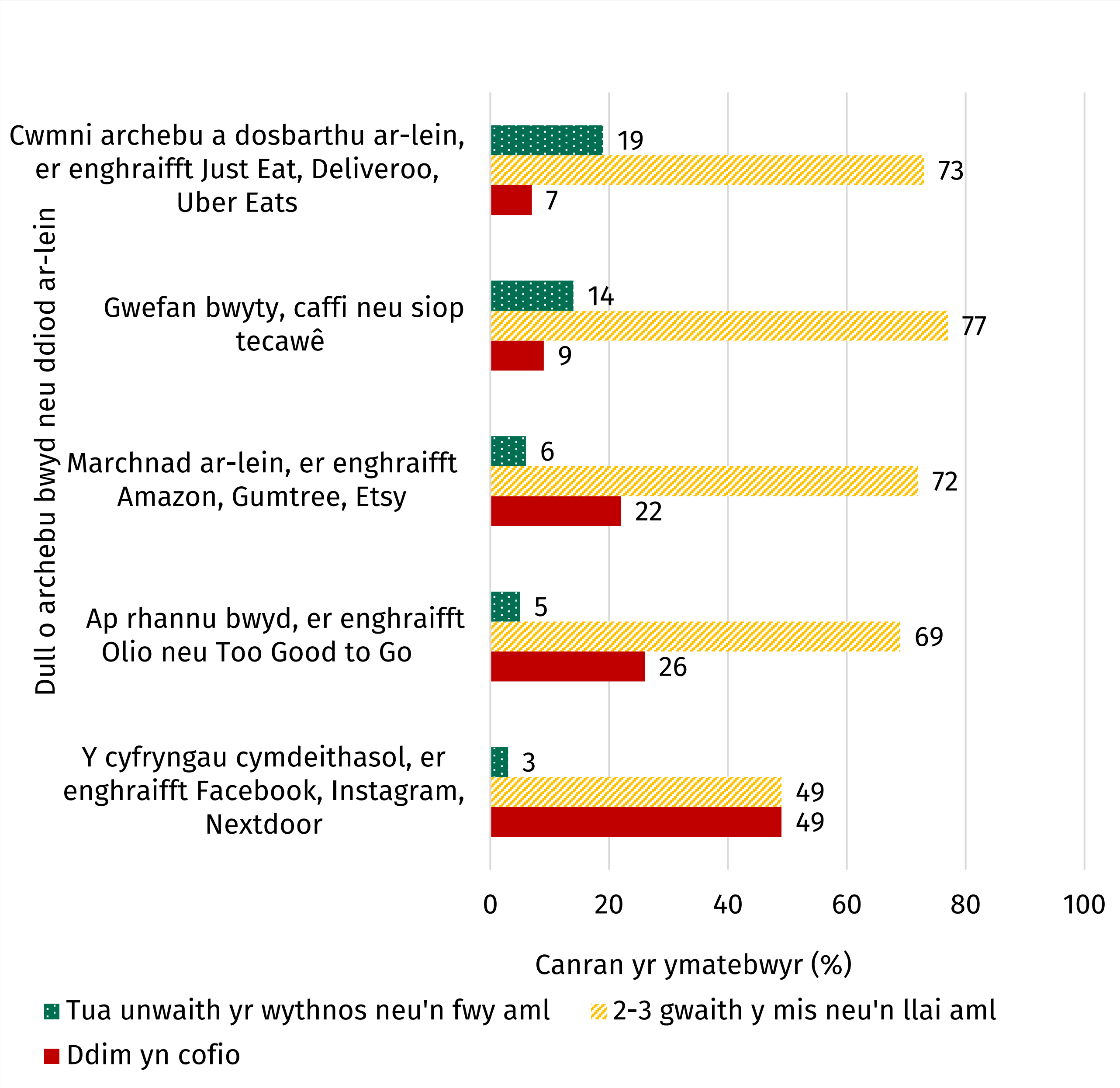
- Rhanbarth (Lloegr): roedd yr ymatebwyr a oedd yn byw yng Ngogledd ddwyrain Lloegr (20%) yn fwy tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod o'r cyfryngau cymdeithasol na'r rheiny mewn rhanbarthau eraill (er enghraifft, 6% yn Llundain Fwyaf, 7% yn Swydd Efrog a'r Humber, 7% yn Nwyrain Lloegr).
- Diogeledd bwyd: roedd y rhai â lefelau is o ddiogeledd bwyd yn fwy tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod o'r cyfryngau cymdeithasol. Er enghraifft, roedd 17% o'r rheiny â diogelwch bwyd isel iawn wedi archebu bwyd neu ddiod o'r cyfryngau cymdeithasol o gymharu â 5% o'r rheiny â diogelwch bwyd uchel.

Roedd defnyddio apiau rhannu bwyd (er enghraifft Olio, Too Good To Go) i archebu bwyd neu ddiod yn amrywio rhwng gwahanol gategorïau o bobl yn y ffyrdd canlynol:

- Grŵp oedran: roedd oedolion iau yn fwy tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod trwy ap rhannu bwyd nag oedolion hŷn. Er enghraifft, roedd 27% o oedolion 16-24 oed wedi archebu bwyd neu ddiod trwy ap rhannu bwyd o gymharu ag 1% o bobl 75 oed neu hŷn.
- Maint y cartref: roedd yr ymatebwyr a oedd yn byw mewn cartrefi mwy yn fwy tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod o ap rhannu bwyd na'r rheiny a oedd yn byw mewn cartrefi llai. Er enghraifft, roedd 19% o'r rheiny a oedd yn byw mewn cartrefi â 5 person neu fwy wedi archebu bwyd neu ddiod o farchnad ar-lein o gymharu ag 8% o'r rheiny mewn cartrefi â 1 person.
- NS-SEC: roedd myfyrwyr amser llawn (24%) yn fwy tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod trwy ap rhannu bwyd na'r rheiny mewn grwpiau galwedigaethol (er enghraifft, 8% o gyflogwyr bach a gweithwyr ar eu liwt eu hunain) a'r rheiny a oedd yn ddi-waith yn y tymor hir a/neu erioed wedi gweithio (8%).
- Diogeledd bwyd: roedd y rheiny â diogeledd bwyd ymylol (21%), isel (18%) ac isel iawn (20%) yn fwy tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod trwy ap rhannu bwyd na'r rheiny â diogeledd bwyd uchel (11%).

Pa mor aml y mae’r ymatebwyr yn archebu bwyd neu ddiod trwy lwyfannau ar-lein?

Ffigur 19. Pa mor aml y mae’r ymatebwyr yn archebu bwyd neu ddiod trwy wahanol lwyfannau ar-lein



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 7

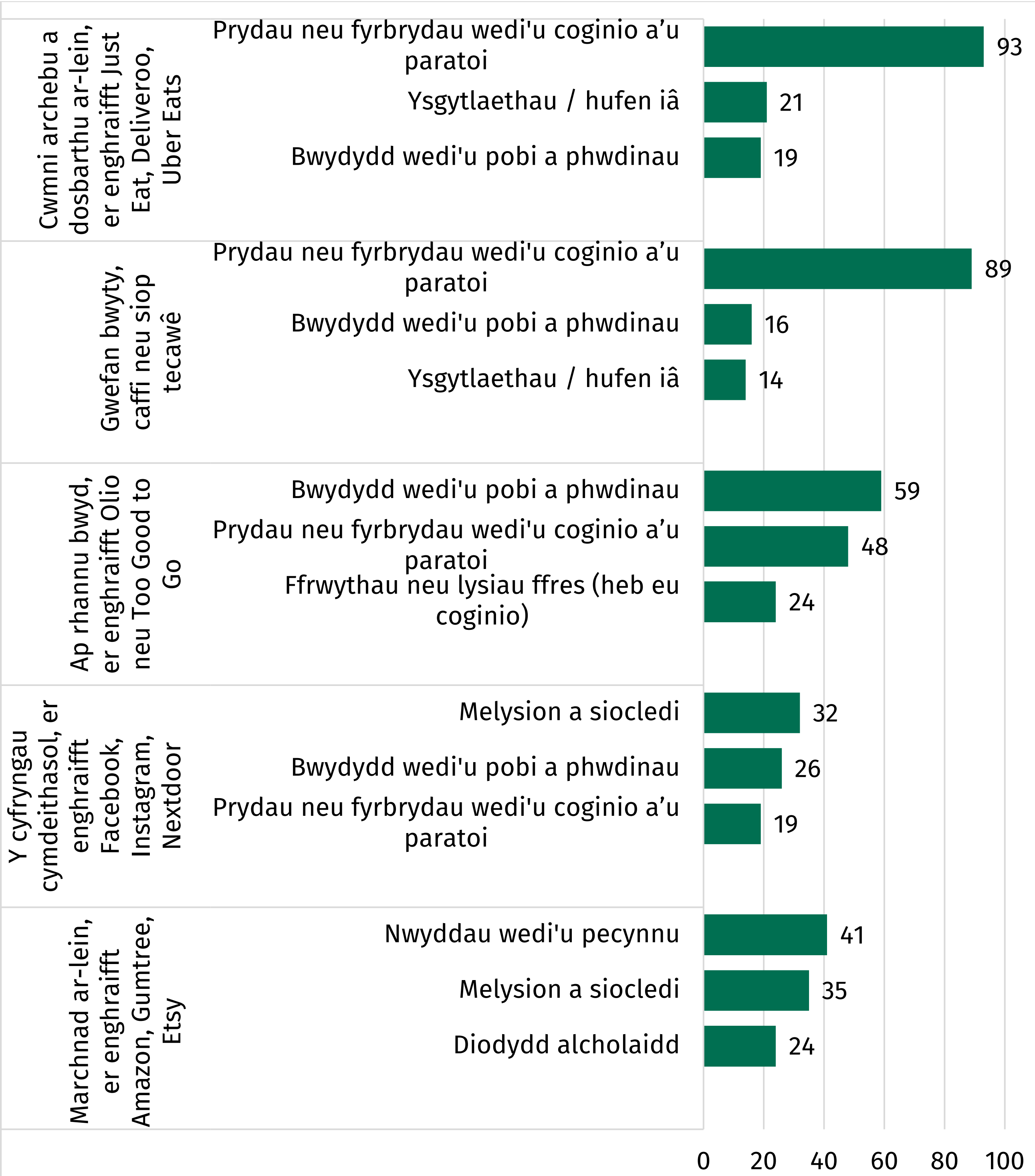
Gofynnwyd i’r ymatebwyr a oedd wedi archebu bwyd neu ddiod trwy ystod o lwyfannau ar-lein pa mor aml yr oedden nhw’n archebu bwyd neu ddiod trwy’r llwyfan hwnnw. Roedd y rhan fwyaf o’r ymatebwyr yn archebu bwyd neu ddiod o

bob math o lwyfannau ar-lein 2-3 gwaith y mis neu'n llai aml, gyda lleiafrif yn defnyddio'r mathau hyn o lwyfannau tua unwaith yr wythnos neu'n amlach. Er enghraifft, roedd 19% o'r ymatebwyr yn archebu bwyd neu ddiod trwy gwmni archebu a dosbarthu ar-lein (er enghraifft, Just Eat, Deliveroo, Uber Eats) tua unwaith yr wythnos neu'n amlach, ac roedd 73% o'r ymatebwyr yn gwneud hyn tua 2-3 gwaith y mis neu'n llai aml. Dywedodd tua hanner (49%) yr ymatebwyr nad oedden nhw'n gallu cofio pa mor aml yr oedden nhw'n archebu bwyd neu ddiod o lwyfan cyfryngau cymdeithasol (er enghraifft, Facebook, Instagram, Nextdoor) (Ffigur 19)[55].

[55] Cwestiwn: Pa mor aml ydych chi'n archebu bwyd neu ddiod ar-lein…? A) gwefan bwyty, caffi neu siop tecawê ei hun. b) cwmni archebu a dosbarthu ar-lein, er enghraifft, Just Eat, Deliveroo neu Uber Eats, ac ati. C) marchnad ar-lein, er enghraifft, Amazon, Gumtree, Etsy, ac ati. d) cyfryngau cymdeithasol, er enghraifft, Facebook, Instagram, Nextdoor, ac ati. e) ap rhannu bwyd, er enghraifft, Olio neu Too Good to Go, ac ati. Ymatebion: bob dydd, bron bob dydd, 2-3 gwaith yr wythnos, tua unwaith yr wythnos, 2-3 gwaith y mis, tua unwaith y mis, llai nag unwaith y mis, byth, methu cofio. Sylfaen A= 3077, B= 2555, C= 1680, D= 813, E= 942, pawb a ymatebodd ar-lein a'r rheiny a lenwodd fersiwn A yr holiadur post sydd wedi archebu bwyd neu ddiod trwy A/B/C/D/E.

Pa fathau o fwyd a diod y mae'r ymatebwyr yn eu harchebu trwy wahanol lwyfannau ar-lein?

Ffigur 20. Y math o fwyd neu ddiod a archebir yn ôl y llwyfan ar-lein



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 7

Gofynnwyd i'r ymatebwyr a oedd wedi cwblhau'r arolwg ar-lein ac a oedd wedi archebu bwyd neu ddiod trwy lwyfannau ar-lein pa fwyd neu ddiod yr oedden nhw wedi eu harchebu ar y llwyfan(nau) ystod y 12 mis diwethaf. Roedd y mathau mwyaf cyffredin o fwyd a diod yn amrywio yn ôl y llwyfan. Prydau neu fyrbrydau wedi'u coginio a'u paratoi (93%) oedd y cynhyrchion a archebwyd amlaf trwy gwmnïau archebu a dosbarthu ar-lein (er enghraifft, Just Eat, Deliveroo, Uber Eats), a gwefannau bwytai, tecawê neu gaffi (89%). Nwyddau wedi'u pobi a phwdinau (59%) oedd y cynhyrchion a archebwyd amlaf trwy apiau rhannu bwyd (er enghraifft, Olio, Too Good To Go). Roedd nwyddau wedi'u pecynnu'n cael eu harchebu amlaf trwy farchnadoedd ar-lein (er enghraifft, Amazon, Gumtree, Etsy) (41%) ac roedd melysion a siocledi'n cael eu harchebu amlaf ar y cyfryngau cymdeithasol (er enghraifft, Facebook, Instagram, Nextdoor) (32%) (Ffigur 20)[56].

Defnydd o'r Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd ar lwyfannau ar-lein

Mae'r Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd yn helpu pobl i wneud dewisiadau gwybodus o ran ble i fwyta allan neu siopa am fwyd trwy roi gwybodaeth glir am safonau hylendid busnesau. Mae busnesau'n cael sgôr o 0 i 5. Mae sgôr o 5 yn dangos bod

[56] Cwestiwn: Yn ystod y 12 mis diwethaf, pa fwyd neu ddiod ydych chi wedi'u harchebu ar-lein...? a) yn uniongyrchol trwy wefan bwyty, caffi neu siop tecawê ei hun. b) trwy gwmni archebu a dosbarthu ar-lein er enghraifft, Just Eat, Deliveroo neu Uber Eats, ac ati. c) trwy farchnad ar-lein, er enghraifft, Amazon, Gumtree, Etsy, ac ati. d) trwy gyfryngau cymdeithasol, er enghraifft, Facebook, Instagram, Nextdoor, ac ati. e) trwy ap rhannu bwyd, er enghraifft, Olio neu Too Good to Go, ac ati. Ymatebion: prydau wedi'u coginio a'u paratoi neu fyrbrydau, bwydydd a phwdinau wedi'u pobi, fel cacennau caws, cacennau, bisgedi, bara ac ati neu does/cymysgeddau i wneud y rhain, ysgytlaeth/hufen iâ, diodydd protein, ffrwythau neu lysiau ffres (heb eu coginio), cynhyrchion llaeth, fel llaeth, caws, iogwrt, menyn ac ati, diodydd alcoholaidd, fel cwrw, gwin, gwirodydd, coctels, diodydd di-alcohol, arall (nodwch). Sylfaen A= 1991, B= 1649, C= 796, D= 169, E= 362, pawb a ymatebodd ar-lein sydd wedi archebu bwyd neu ddiod ar-lein trwy...A/B/C/D/E.

y safonau hylendid yn dda iawn ac mae sgôr o 0 yn dangos bod angen gwella ar frys. Mae'r ASB yn rhoi'r cynllun ar waith mewn partneriaeth ag awdurdodau lleol yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon.

Gofynnwyd i'r ymatebwyr a oedd wedi archebu bwyd neu ddiod trwy lwyfan ar-lein ac a oedd wedi clywed am y Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd pa mor aml yr oedden nhw'n edrych am sgoriau'r Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd wrth archebu bwyd a diod ar-lein. Roedd bron i hanner yr ymatebwyr (46%) yn chwilio am sgoriau'r CSHB 'bob amser' neu 'y rhan fwyaf o'r amser'. Roedd 31% o'r ymatebwyr yn gwneud hyn tua hanner yr amser neu'n achlysurol, ac nid oedd 21% o'r ymatebwyr byth yn chwilio am sgôr hylendid wrth archebu bwyd a diod ar-lein[57].

Gofynnwyd i'r ymatebwyr a ddywedodd eu bod yn chwilio am sgoriau'r Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd wrth archebu bwyd neu ddiod ar-lein pa mor aml oedd y sgoriau'n hawdd eu canfod. Dywedodd tua hanner (52%) yr ymatebwyr fod y sgoriau 'bob amser' neu'r 'rhan fwyaf o'r amser' yn hawdd eu canfod; dywedodd 37% fod y sgoriau'n hawdd eu canfod tua hanner yr amser neu'n achlysurol; a dywedodd 4% nad oedd y sgoriau byth yn hawdd eu canfod[58].

Gorsensitifrwydd i fwyd a defnyddio llwyfannau ar-lein

Mae gorsensitifrwydd i fwyd yn derm sy'n cyfeirio at adwaith corfforol gwael neu annymunol sy'n digwydd o ganlyniad i fwyta bwyd penodol. Ceir gwahanol fathau

[57] Cwestiwn: Pan fyddwch chi'n archebu bwyd a diod ar-lein, pa mor aml fyddwch chi'n chwilio am sgoriau'r Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd? Ymatebion: bob amser, y rhan fwyaf o'r amser, tua hanner yr amser, weithiau, byth, ddim yn gwybod. Sylfaen= 2423, pawb a ymatebodd sydd wedi archebu bwyd a diod ar-lein ac sydd wedi clywed am y Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd.
[58] Cwestiwn: Pan fyddwch chi'n chwilio am sgoriau'r Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd wrth archebu bwyd a diod ar-lein, pa mor aml ydyn nhw'n hawdd eu canfod? Ymatebion: bob amser, y rhan fwyaf o'r amser, tua hanner yr amser, weithiau, byth, ddim yn gwybod. Sylfaen = 1874, pawb a ymatebodd ar-lein ac sy'n chwilio am sgoriau'r Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd wrth archebu bwyd a diod ar-lein.

o orsensitifrwydd i fwyd gan gynnwys alergedd bwyd, anoddefiad bwyd a chlefyd seliag[59].

Mae'r ASB yn darparu canllawiau i fusnesau bwyd ar ddarparu gwybodaeth am alergenau i'w cwsmeriaid. Yn ôl y gyfraith[60], rhaid i fusnesau bwyd yn y DU roi gwybod i gwsmeriaid os ydynt yn defnyddio unrhyw un o'r 14 prif alergen yn y bwyd a'r ddiod mae nhw'n eu darparu[61]. Mae'r gofynion o ran labelu alergenau yn amrywio gan ddibynnu sut mae bwyd yn cael ei werthu a'r math o fwyd sy'n cael ei werthu. Os yw bwyd yn cael ei werthu ar-lein, dylai gwybodaeth fod ar gael i gwsmer cyn iddyn nhw gwblhau'r broses o brynu'r bwyd, a phan fydd y bwyd yn cael ei ddosbarthu.[62]

Gofynnwyd i'r ymatebwyr sydd â gorsensitifrwydd i fwyd, neu sy'n byw gyda rhywun â gorsensitifrwydd i fwyd, pa mor aml y maen nhw'n chwilio am wybodaeth sy'n eu galluogi i nodi bwyd a allai achosi adwaith gwael neu annymunol wrth archebu bwyd neu ddiod ar-lein. Roedd tua 2 o bob 10 (18%) o'r ymatebwyr sydd â gorsensitifrwydd i fwyd bob amser yn chwilio am wybodaeth a fyddai'n eu galluogi i nodi bwyd a allai achosi iddyn nhw gael adwaith gwael neu annymunol, ac roedd 41% o'r ymatebwyr yn chwilio am yr wybodaeth hon yn llai aml (hynny yw, y 'rhan fwyaf o'r amser', 'tua hanner yr amser', 'yn achlysurol'). Fodd bynnag, nid oedd 37% o'r ymatebwyr â gorsensitifrwydd i fwyd byth yn

---

[59]Yr ASB yn Esbonio: Gorsensitifrwydd i fwyd. Trosolwg: Alergedd Bwyd, GIG. Anoddefiad Bwyd, GIG. Trosolwg: Clefyd seliag, GIG.

[60] 42 Rheoliad (UE) Senedd a Chyngor Ewrop Rhif 1169/2011, 25 Hydref 2011.

[61]Yr 14 alergen yw: seleri, grawnfwydydd sy'n cynnwys glwten (fel haidd a cheirch), cramenogion (fel corgimychiaid, crancod a chimychiaid), wyau, pysgod, bysedd y blaidd (*lupin*), llaeth, molysgiaid (fel cregyn gleision ac wystrys), mwstard, pysgnau, sesame, ffa soia, sylffwr deuocsid a sylffitau, a chnau coed (fel cnau almon, cnau cyll, cnau Ffrengig, cnau Brasil, cnau cashew, cnau pecan, cnau pistachio a chnau macadamia).

[62]Canllawiau ar alergenau ar gyfer busnesau bwyd, yr ASB.

chwilio am wybodaeth a fyddai'n eu galluogi i nodi bwyd a allai achosi adwaith gwael neu annymunol wrth archebu bwyd neu ddiod ar-lein[63].

[63] Cwestiwn: Pan fyddwch chi’n archebu bwyd a diod ar-lein, pa mor aml ydych chi’n chwilio am wybodaeth sy’n eich galluogi i nodi bwyd a allai achosi adwaith corfforol gwael neu annymunol i chi neu i rywun arall yn eich cartref? Ymatebion: bob amser, y rhan fwyaf o'r amser, tua hanner yr amser, weithiau, byth, ddim yn gwybod, dydw i ddim yn archebu bwyd a diod ar-lein. Sylfaen= 2185, pawb a ymatebodd ar-lein sydd wedi archebu bwyd neu ddiod ar-lein ac sy’n dioddef adwaith corfforol gwael neu annymunol ar ôl bwyta bwydydd penodol, neu sy’n osgoi rhai bwydydd oherwydd yr adwaith gwael y gallen nhw ei achosi, a/neu sy’n byw gydag o leiaf un oedolyn neu blentyn arall.

Pennod 6: Bwydydd newydd

Cyflwyniad

Gweledigaeth yr ASB fel y'i hamlinellir yn strategaeth 2022-2027 yw system fwyd lle mae 'bwyd yn iachach ac yn fwy cynaliadwy'. Mae hyn yn rhoi ystyriaeth i iechyd a chynaliadwyedd deietegol fel blaenoriaethau cynyddol ar gyfer Llywodraeth Cymru, Llywodraeth y DU, Gweithrediaeth Gogledd Iwerddon, a defnyddwyr.

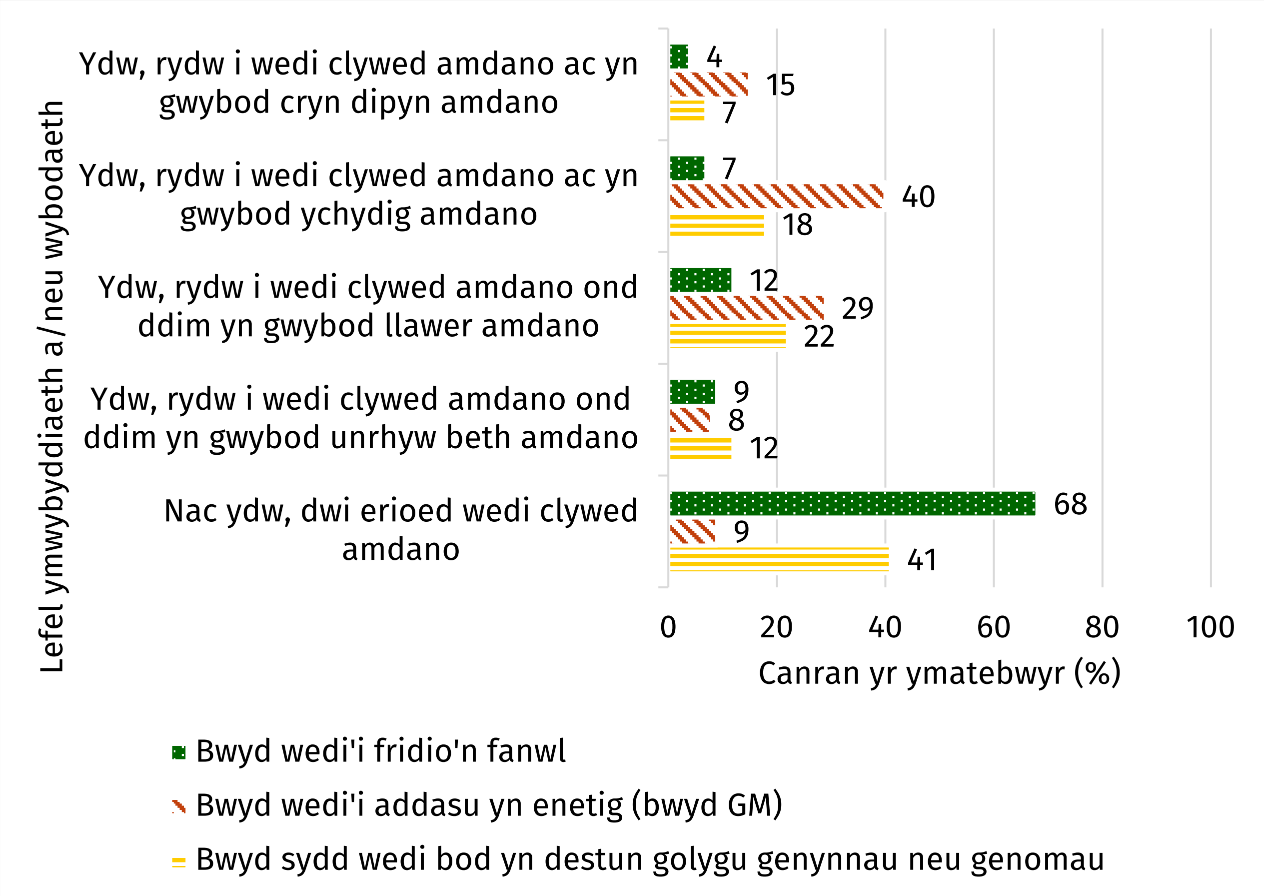
Yr ASB sy'n gyfrifol am awdurdodi bwydydd newydd. Cadarnhawyd statws bwyd newydd canabidiol (CBD) yng Nghymru a Lloegr ym mis Ionawr 2019. Yng Ngogledd Iwerddon, mae cynhyrchion bwyd CBD yn fwydydd newydd heb eu hawdurdodi.

Mae gan Adran yr Amgylchedd, Bwyd a Materion Gwledig (Defra) gylch gwaith eang ac 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. Yn ogystal, mae Defra yn goruchwylio'r gwaith o reoleiddio technolegau genetig fel organebau a addaswyd yn enetig (GMO), organebau sydd wedi bod yn destun golygu genynnau (GE) ac organebau wedi'u bridio'n fanwl[64].

[64] Mae bridio manwl yn ffordd o newid DNA planhigion neu anifeiliaid mewn ffordd fanwl gywir, gan ddefnyddio technegau gan gynnwys golygu genynnau. Mae golygu genynnau yn defnyddio ensymau arbenigol i dorri DNA ar bwyntiau penodol. Mae'n rhaid i'r newidiadau hyn fod yn rhai a allai fod wedi cael eu gwneud gan ddefnyddio dulliau traddodiadol o fridio planhigion ac anifeiliaid.

Ymwybyddiaeth o fwydydd sydd wedi bod yn destun golygu genynnau (GE), bwydydd wedi'u haddasu'n enetig (GM) a bwydydd wedi'u bridio'n fanwl

Ffigur 21. Ymwybyddiaeth a gwybodaeth am fwyd wedi'i addasu'n enetig (GM), bwyd sydd wedi bod yn destun golygu genynnau/golygu genomau (GE) a bwyd wedi'i fridio'n fanwl



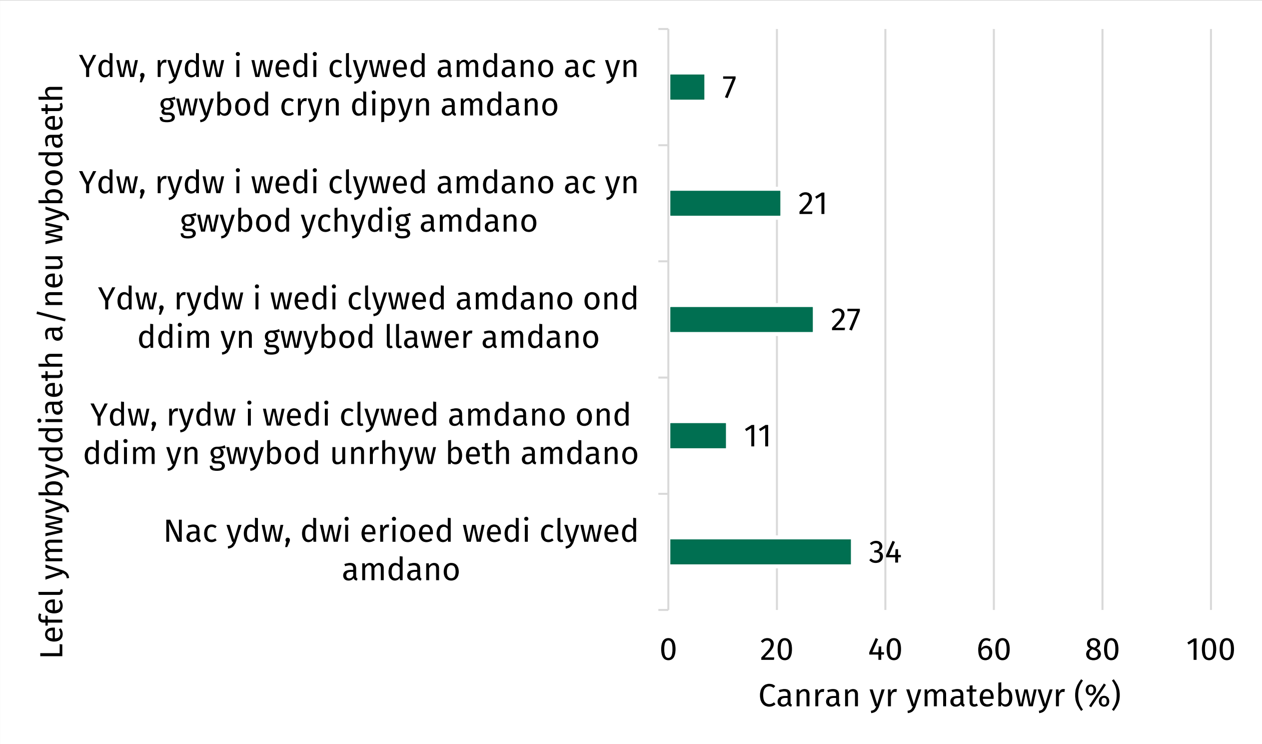
Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 7

Gofynnwyd i'r ymatebwyr a oeddent erioed wedi clywed am fwyd wedi'i addasu'n enetig (GM), bwyd sydd wedi bod yn destun golygu genynnau neu olygu genomau a bwyd wedi'i fridio'n fanwl. Adroddodd yr ymatebwyr fod ganddyn nhw fwy o ymwybyddiaeth a gwybodaeth am fwyd a addaswyd yn enetig (GM) na bwyd sydd wedi bod yn destun golygu genynnau neu olygu genomau (GE) ac roeddent â'r wybodaeth leiaf am fwyd wedi'i fridio'n fanwl. Er enghraifft, nid oedd 68% o'r ymatebwyr erioed wedi clywed am fwyd wedi'i fridio'n fanwl, lle roedd 41% o'r

ymatebwyr erioed wedi clywed am fwyd GE. Nid oedd 9% o'r ymatebwyr erioed wedi clywed am fwyd GM (Ffigur 21)[65].

Ymwybyddiaeth a defnydd o Ganabidiol (CBD)

Ffigur 22. Ymwybyddiaeth o ganabidiol (CBD) a gwybodaeth amdano



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 7

Gofynnwyd i'r ymatebwyr a oedden nhw erioed wedi clywed am ganabidiol (CBD). Roedd tua hanner (55%) yr ymatebwyr wedi clywed am CBD: dywedodd 7% eu bod

[65]Cwestiwn: Ydych chi erioed wedi clywed am...A/B? A) Bwyd sydd wedi'i addasu'n enetig (bwyd GM)? B) Bwyd sydd wedi bod yn destun golygu genynnau neu olygu genomau C) Bwyd wedi'i fridio'n fanwl? Ymatebion: Ydw, rydw i wedi clywed amdano ac yn gwybod cryn dipyn amdano; Ydw, rydw i wedi clywed amdano ac yn gwybod ychydig amdano; Ydw, rydw i wedi clywed amdano ond dydw i ddim yn gwybod llawer amdano; Ydw, rydw i wedi clywed amdano ond dydw i ddim yn gwybod dim amdano; Na, dydw i erioed wedi clywed amdano. Sylfaen= 5812, pawb a ymatebodd.

yn gwybod cryn dipyn amdano; dywedodd 21% eu bod yn gwybod ychydig amdano; dywedodd 27% nad ydyn nhw'n gwybod llawer amdano, a dywedodd 11% nad ydyn nhw'n gwybod dim amdano. Dywedodd tua thraean (34%) yr ymatebwyr nad oedden nhw erioed wedi clywed am CBD (Ffigur 22)[66].

Gofynnwyd i'r ymatebwyr a oeddent wedi defnyddio neu fwyta CBD yn ystod y 12 mis blaenorol. Dywedodd dros 1 o bob 10 (14%) o'r ymatebwyr eu bod wedi defnyddio neu fwyta CBD a dywedodd 60% o'r ymatebwyr nad oeddent wedi defnyddio na bwyta CBD. Dywedodd chwarter (25%) yr ymatebwyr nad oedden nhw'n gwybod a oedden nhw wedi defnyddio neu fwyta CBD[67] yn ystod y 12 mis blaenorol.

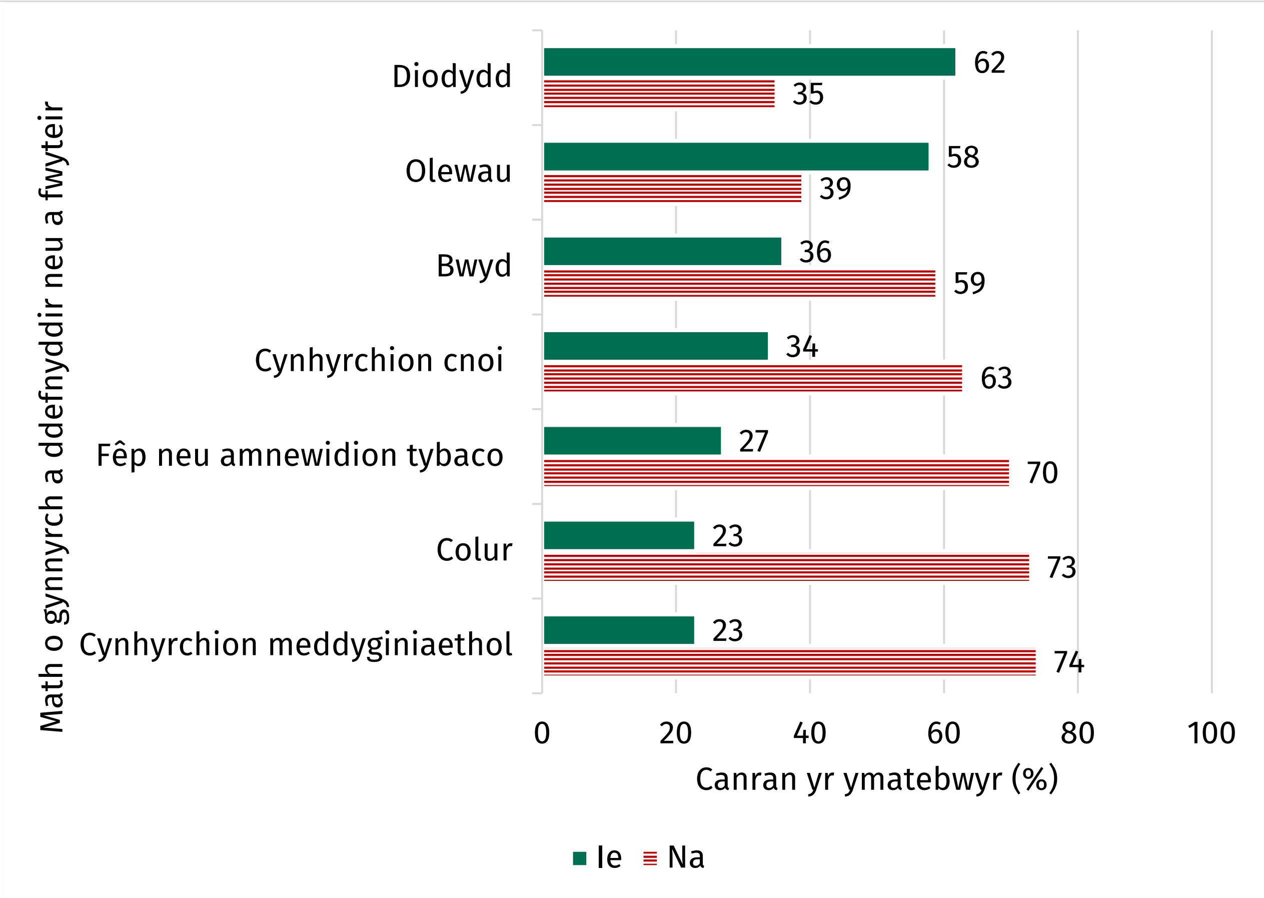
Gofynnwyd i'r ymatebwyr a oedd wedi defnyddio neu fwyta CBD yn ystod y 12 mis blaenorol sut y gwnaethant benderfynu ar ddos neu faint dogn addas. Y dulliau mwyaf cyffredin o benderfynu ar ddos neu faint dogn addas oedd dilyn y

[66] Cwestiwn: Ydych chi wedi clywed am Ganabidiol, y cyfeirir ato'n aml fel CBD? Ymatebion: Ydw, rydw i wedi clywed amdano ac yn gwybod cryn dipyn amdano; Ydw, rydw i wedi clywed amdano ac yn gwybod ychydig amdano; Ydw, rydw i wedi clywed amdano ond dydw i ddim yn gwybod llawer amdano; Ydw, rydw i wedi clywed amdano ond dydw i ddim yn gwybod dim amdano; Na, dydw i erioed wedi clywed amdano. Sylfaen = 3617, pawb a ymatebodd ar-lein.

[67] Cwestiwn: Ydych chi wedi defnyddio cynhyrchion sy'n cynnwys Canabidiol (CBD) yn ystod y 12 mis diwethaf? Ymatebion: Ydw, Nac ydw, Ddim yn gwybod, Mae'n well gennyf beidio â dweud. Sylfaen = 2481, yr holl ymatebwyr ar-lein sydd wedi clywed am Ganabidiol.

cyfarwyddiadau ar y pecyn neu'r label (58%), ymchwilio i'r pwnc ar y we (22%), a monitro'r effaith mae'n ei gael a chynyddu/lleihau'r dos yn ôl yr angen (21%)[68].

Ffigur 23. Mathau o gynnyrch cannabidiol (CBD) a ddefnyddir neu a fwyteir ymhlith defnyddwyr CBD



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 7

[68]Cwestiwn: Wrth ddefnyddio/bwyta cynhyrchion sy'n cynnwys canabidiol (CBD), sut ydych chi'n penderfynu dbeth yw dos neu ddogn addas? Ymatebion: Trwy fonitro'r effaith y mae'n ei chael arnaf a chynyddu/lleihau'r dos yn ôl yr angen, Dilyn y cyfarwyddiadau ar y pecyn neu'r label, Dilyn cyngor gan fy meddyg, Dilyn cyngor gan fferyllydd neu gynorthwyydd siop, Ymchwilio am y pwnc ar y we, Nid yw hyn yn rhywbeth rydw i'n meddwl amdano, Arall. Sylfaen = 295, Pawb a ymatebodd ar-lein sydd wedi defnyddio/bwyta cynhyrchion sy'n cynnwys Canabidiol yn ystod y 12 mis diwethaf.

Gofynnwyd i'r ymatebwyr a oedd wedi defnyddio neu fwyta CBD yn ystod y 12 mis blaenorol pa mor aml yr oeddent wedi defnyddio neu fwyta gwahanol fathau o gynhyrchion CBD. Dywedodd tua 6 o bob 10 o'r ymatebwyr eu bod wedi yfed diodydd (62%) neu olewau (58%) yn cynnwys CBD. Dywedodd tua thraean yr ymatebwyr eu bod wedi bwyta bwyd (36%) neu gynhyrchion cnoi (34%) yn cynnwys CBD. Roedd tua chwarter yr ymatebwyr wedi defnyddio fêps neu gynhyrchion tybaco (27%), colur (23%) neu gynhyrchion meddyginiaethol (23%) yn cynnwys CBD (Ffigur 23)[69].

[69]Cwestiwn: Pa mor aml y cawsant eu defnyddio neu eu cymryd yn ystod y 12 mis diwethaf... a) Diodydd; b) Bwyd; c) Olewau; d) Cynhyrchion cnoi; e) Cynhyrchion meddyginiaethol; f) Fêps neu amnewidion tybaco; g) Colur... (cynhyrchion sy'n cynnwys CBD)? Ymatebion: Y rhan fwyaf o ddiwrnodau neu bob dydd, Sawl gwaith yr wythnos, Tuag unwaith yr wythnos, Sawl gwaith y mis, Tuag unwaith y mis, Unwaith neu ambell waith dros y flwyddyn ddiwethaf, Byth. Sylfaen = 295, Pawb a ymatebodd ar-lein sydd wedi defnyddio/bwyta cynhyrchion sy'n cynnwys Canabidiol yn ystod y 12 mis diwethaf.

Atodiad A: Bwyd a Chi 2: Cylch 7

Cefndir

Yn 2018, sefydlodd Pwyllgor Cynghori ar Wyddor Gymdeithasol yr ASB Weithgor Bwyd a Chi newydd i adolygu methodoleg, cwmpas a ffocws yr arolwg Bwyd a Chi. Ym mis Ebrill 2019, darparodd y Gweithgor Bwyd a Chi gyfres o argymhellion i'r ASB a'r Pwyllgor ynghylch trywydd yr arolwg Bwyd a Chi yn y dyfodol. Datblygwyd arolwg Bwyd a Chi 2 ar sail yr argymhellion hynny.

Mae arolwg Bwyd a Chi 2 wedi disodli'r arolwg Bwyd a Chi a gynhaliwyd bob dwy flynedd (2010-2018), Arolwg Tracio Agweddau'r Cyhoedd a gynhaliwyd ddwywaith y flwyddyn (2010-2019) ac Arolwg Tracio Agweddau Defnyddwyr y Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd a gynhaliwyd yn flynyddol (2014-2019). Mae'r arolwg Bwyd a Chi wedi bod yn Ystadegyn Swyddogol ers 2014. Gan fod methodoleg Arolwg Tracio Agweddau'r Cyhoedd, Arolwg Tracio Agweddau Defnyddwyr y Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd ac arolwg Bwyd a Chi (2010-2018) yn wahanol, nid yw'n bosib cymharu'r data a gesglir trwy Arolwg Bwyd a Chi 2 (2020 ymlaen) â'r data cynharach hyn. Gellir gwneud cymariaethau rhwng gwahanol gylchoedd arolwg Bwyd a Chi 2. Cafodd adroddiad sy'n rhoi trosolwg o dueddiadau allweddol Bwyd a Chi 2: Cylch 1 (gwaith maes: 29 Gorffennaf i 6 Hydref 2020) i Gylch 6 (gwaith maes: 12 Hydref 2022 i 10 Ionawr 2023) ei gyhoeddi ym mis Rhagfyr 2023.

Mae cyhoeddiadau blaenorol yn y gyfres hon yn cynnwys:

- Bwyd a Chi 2: Prif Ganfyddiadau Cylch 1 (Mawrth 2021)
- Bwyd a Chi 2: Prif Ganfyddiadau Cylch 2 (Gorffennaf 2021)
- Bwyd a Chi 2: Prif Ganfyddiadau Cylch 3 (Ionawr 2022)
- Bwyd a Chi 2: Prif Ganfyddiadau Cylch 4 (Awst 2022)
- Bwyd a Chi 2: Prif Ganfyddiadau Cylch 5 (Mawrth 2023)
- Bwyd a Chi 2: Prif Ganfyddiadau Cylch 6 (Gorffennaf 2023)

- Bwyd a Chi 2: Tueddiadau 2020-2023 (Rhagfyr 2023)

Methodoleg

Comisiynir arolwg Bwyd a Chi 2 gan yr Asiantaeth Safonau Bwyd (ASB). Cynhelir y gwaith maes gan Ipsos. Cynhelir arolwg Bwyd a Chi 2 ddwywaith y flwyddyn. Cynhaliwyd gwaith maes ar gyfer Cylch 6 rhwng 28 Ebrill 2023 a 10 Gorffennaf 2023. [70]

Arolwg dilyniannol modd-cymysg sy'n annog pobl i'w lenwi ar-lein yw arolwg Bwyd a Chi 2 (crynodeb o'r dull isod). Mae gwthio i'r we *(push-to-web)* yn helpu i leihau'r gogwydd ymateb sydd fel arall yn digwydd gydag arolygon a gynhelir ar-lein yn unig. Derbynnir y dull hwn ar gyfer arolygon y llywodraeth ac ystadegau cenedlaethol, gan gynnwys Cyfrifiad 2021 ac Arolwg Bywyd Cymunedol 2019/2020.

Anfonwyd llythyr at sampl o gyfeiriadau (a ddewiswyd ar hap o Ffeil Cyfeiriadau Cod Post y Post Brenhinol) yn gwahodd hyd at ddau oedolyn (16 oed neu'n hŷn) yn y cartref i lenwi'r arolwg ar-lein. Anfonwyd llythyr atgoffa cyntaf at gartrefi nad oeddent wedi ymateb i'r gwahoddiad cychwynnol. Anfonwyd fersiwn bost o'r arolwg gyda'r ail lythyr atgoffa at y rhai heb fynediad i'r rhyngrwyd neu'r rheiny yr oedd yn well ganddyn nhw lenwi fersiwn o'r arolwg trwy'r post. Anfonwyd trydydd llythyr atgoffa – a'r un terfynol – at y cartrefi hynny nad oedden nhw wedi llenwi'r arolwg. Rhoddwyd taleb i'r ymatebwyr am lenwi'r arolwg.

Cafodd y sampl o brif gyfeiriadau a chyfeiriadau wrth gefn[71] eu gwahanu'n haenau fesul rhanbarth (gyda Chymru a Gogledd Iwerddon yn cael eu trin fel rhanbarthau ar wahân), ac o fewn rhanbarth (neu wlad) cawsant eu gwahanu'n haenau fesul awdurdod lleol (ardal ddosbarth yng Ngogledd Iwerddon) i sicrhau bod y sampl a ddefnyddiwyd wedi'i lledaenu'n gymesur ar draws yr awdurdodau lleol.

---

[70] Sylwer: Ym mis Tachwedd 2024, cywirwyd dyddiad y gwaith maes a nodwyd o 23 Ebrill i 28 Ebrill.

[71] Lluniwyd sampl wrth gefn o gyfeiriadau i'w defnyddio pe na bai'r arolwg yn cyrraedd nifer targed yr ymatebwyr trwy'r brif sampl o gyfeiriadau.

Defnyddiwyd sgoriau amddifadedd cenedlaethol fel yr haen olaf o fewn yr awdurdodau lleol – y Mynegai Amddifadedd Lluosog (IMD) yn Lloegr, Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru (MALlC) yng Nghymru, a Mesur Amddifadedd Lluosog Gogledd Iwerddon (NIMDM) yng Ngogledd Iwerddon.

Oherwydd hyd a chymhlethdod yr holiadur ar-lein, nid oedd yn bosib cynnwys pob cwestiwn yn y fersiwn bost. Roedd angen i fersiwn bost yr holiadur fod yn fyrrach ac yn llai cymhleth er mwyn annog cyfradd ymateb uchel. Er mwyn i'r holiadur post fod yn fyrrach ac yn llai cymhleth, crëwyd dwy fersiwn ohono. Cyfeirir at y ddwy fersiwn o'r arolwg post fel yr holiaduron post 'Bwyta Allan' a 'Bwyta Gartref'. Gweler yr Adroddiad Technegol am fanylion pellach.

Mae'r holl ddata a gesglir trwy arolwg Bwyd a Chi 2 yn hunangofnodedig. Mae'r data'n dangos agweddau, gwybodaeth ac ymddygiad yr ymatebwyr eu hunain o ran diogelwch bwyd a materion bwyd. Gan mai arolwg ymchwil gymdeithasol yw Bwyd a Chi 2, ni all adrodd am ymddygiadau yr arsylwyd arnyn nhw. Ceir adroddiad am ymddygiadau yr arsylwyd arnyn nhw mewn ceginau yn Kitchen Life 2, astudiaeth ethnograffig a ddefnyddiodd gyfuniad o arsylwadau, arsylwadau fideo a chyfweliadau i gael cipolwg ar arferion mewn ceginau domestig.

Maint sampl targed gofynnol ar gyfer Arolwg Bwyd a Chi yw 4,000 o gartrefi (2,000 yn Lloegr, 1,000 yng Nghymru, 1,000 yng Ngogledd Iwerddon), gyda hyd at ddau oedolyn ym mhob cartref yn cael eu gwahodd i gymryd rhan. Ar gyfer Cylch 7, cwblhawyd yr arolwg gan gyfanswm o 5,812 o oedolion (16 oed neu'n hŷn) o 4,006 o gartrefi ledled Cymru (1,318 o oedolion), Gogledd Iwerddon (1,526 o oedolion) a Lloegr (2,968 o oedolion). Cafwyd cyfradd ymateb gyffredinol o 27.6% (Cymru 28.2%, Gogledd Iwerddon 24.6% a Lloegr 29.1%). Cwblhaodd 62.2% o'r ymatebwyr yr arolwg ar-lein a 37.8% trwy'r post. Tynnwyd ymatebion post 26 o'r ymatebwyr o'r set ddata am eu bod wedi llenwi'r arolwg ar-lein a thrwy'r post. Ceir rhagor o fanylion am y cyfraddau ymateb yn yr Adroddiad Technegol.

Defnyddiwyd pwysoliad i sicrhau bod y data mor agos â phosib at fod yn gynrychioliadol o is-grwpiau cymdeithasol-ddemograffig ac is-grwpiau eraill yn y boblogaeth, yn ôl yr arfer gydag arolygon y llywodraeth. Mae'r pwysoliad a

ddefnyddir gyda data Bwyd a Chi 2 yn helpu i wneud iawn am amrywiadau yn y dewisiadau a wneir gan unigolion yn yr un cartref, am y gogwydd ymateb, ac am y ffaith mai dim ond yn un o'r arolygon post y gofynnwyd rhai cwestiynau. Ceir rhagor o fanylion am y dull pwysoli, ynghyd â'r pwysoliadau a ddefnyddir gyda data Bwyd a Chi 2: Cylch 7 yn yr Adroddiad Technegol.

Cafodd y data ei gadarnhau a'i wirio gan bedwar aelod o dîm ymchwil Ipsos a dau aelod o Gangen Ystadegau'r ASB. Ceir rhagor o fanylion am y dulliau a ddefnyddiwyd i wirio'r data yn yr Adroddiad Technegol. Cyflawnwyd y dadansoddiad disgrifiadol a'r profion ystadegol gan gangen Ystadegau'r ASB. Defnyddiodd cangen Ystadegau'r ASB feddalwedd ystadegol R i gyfrifo'r dadansoddiad disgrifiadol a'r profion ystadegol (profion t).

Mae'r gwerthoedd p sy'n profi arwyddocâd ystadegol yn seiliedig ar brofion t sy'n cymharu'r cyfrannau wedi'u pwysoli ar gyfer ymateb penodol o fewn is-grwpiau cymdeithasol-ddemograffig ac is-grwpiau eraill. Gwnaed addasiad ar gyfer maint gwirioneddol y sampl ar ôl pwysoli, ond ni wneir cywiriad ar gyfer cymariaethau lluosog.

Fel arfer, pan adroddir am wahaniaethau rhwng is-grwpiau cymdeithasol-ddemograffig ac is-grwpiau eraill, ceir o leiaf 10 pwynt canrannol o wahaniaeth rhwng y grwpiau ac mae nhw'n ystadegol arwyddocaol ar y lefel 5% ($p<0.05$). Fodd bynnag, cafodd rhai gwahaniaethau rhwng grwpiau o'r ymatebwyr eu cynnwys lle'r oedd y gwahaniaeth yn llai na 10 pwynt canrannol, a hynny os oedd y canfyddiad yn nodedig neu'n ddiddorol. Mae cyfrifiadau canrannol yn seiliedig ar yr ymatebwyr hynny a roddodd ymateb yn unig. Mae'r gwerthoedd a'r cyfrifiadau a adroddir yn seiliedig ar gyfansymiau wedi'u pwysoli.

Termau technegol a diffiniadau

Nodir arwyddocâd ystadegol ar y lefel 5% ($p<0.05$). Felly, pan fydd yr adroddiad yn nodi gwahaniaeth sylweddol, gellir bod yn eithaf hyderus bod y gwahaniaeth a adroddwyd yn adlewyrchu gwahaniaeth gwirioneddol ar lefel y boblogaeth.

Mae diogeledd bwyd yn golygu bod pawb yn gallu cael mynediad at ddigon o fwyd bob amser i fyw bywyd iach ac egnïol (Uwchgynhadledd Bwyd y Byd, 1996). Mae Adran Amaethyddiaeth yr Unol Daleithiau (USDA) wedi creu cyfres o gwestiynau sy'n nodi lefel diogeledd bwyd ymatebwyr. Mae Bwyd a Chi 2 yn ymgorffori 10 eitem Modiwl Arolwg Diogeledd Bwyd Oedolion yr Unol Daleithiau ac yn defnyddio cyfnod cyfeirio o 12 mis. Cyfeirir at ymatebwyr fel rhai sydd â diogeledd bwyd os cânt eu hystyried yn unigolion sydd â diogeledd bwyd uchel (dim arwyddion bod ganddynt broblemau neu gyfyngiadau o ran cael mynediad at fwyd) neu sydd â diogeledd bwyd ymylol (un neu ddau o arwyddion o broblemau – fel arfer pryder ynghylch digonolrwydd bwyd neu brinder bwyd yn y tŷ. Ychydig neu ddim arwydd o newidiadau mewn deiet neu gymeriant bwyd). Cyfeirir at ymatebwyr fel rhai nad oes ganddynt ddiogeledd bwyd os cânt eu hystyried yn unigolion sydd â diogeledd bwyd isel (adroddiadau o ddirywiad o ran ansawdd, amrywiaeth neu ddymunoldeb deiet. Ychydig neu ddim arwydd o ostyngiad mewn cymeriant bwyd) neu sydd â diogeledd bwyd isel iawn (adroddiadau o nifer o achosion o darfu ar batrymau bwyta a gostyngiad mewn cymeriant bwyd).

System ddosbarthu yw Dosbarthiad Economaidd-gymdeithasol Ystadegau Gwladol (NS-SEC) sy'n awgrymu sefyllfa economaidd-gymdeithasol unigolion ar sail statws cyflogaeth a galwedigaeth.

Mesur swyddogol o amddifadedd cymharol ar sail ardal ddaearyddol yw'r Mynegai Amddifadedd Lluosog (IMD) / Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru (MALlC) / Mesur Amddifadedd Lluosog Gogledd Iwerddon (NIMDM). Neilltuir dosbarthiad IMD/MALlC/NIMDM yn ôl cod post neu enw lle. Mae'n gyfrifiad amlddimensiwn y bwriedir iddo gynrychioli'r amodau byw yn yr ardal, gan gynnwys incwm, cyflogaeth, iechyd, addysg, mynediad at wasanaethau, tai, diogelwch cymunedol a'r amgylchedd ffisegol. Caiff ardaloedd bach eu sgorio gan IMD/MALlC/NIMDM; gwneir hyn ar wahân ar gyfer Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon.

Cyfeiriadau

- Pwyllgor Cynghori ar Wyddor Gymdeithasol (ACSS)
- Cyfrifiad 2011. Y Swyddfa Ystadegau Gwladol
- Duffy, B., Smith, K., Terhanian, G., a Bremer, J. (2005). Comparing data from online and face-to-face surveys. *International Journal of Market Research*, *47*(6), 615-639. https://doi.org/10.1177/147078530504700602
- Bwyd a Chi (2010-2019)
- Yr Asiantaeth Safonau Bwyd. Cyflwyno Bwyd a Chi 2. (Mawrth 2020).
- Gaskell, G. (2019). Adolygiad o Arolwg Bwyd a Chi yr ASB. Cyfarfod ACSS 2 Ebrill 2019 – Adroddiad Adolygu Bwyd a Chi (Papur 3.5).
- Adran Amaethyddiaeth yr Unol Daleithiau (USDA). Food security.
- Wills, W., Meah, A., Dickinson, A., a Short, F. (2013). Domestic kitchen practices: Findings from the 'Kitchen Life' study. Adroddiad gan Brifysgol Swydd Hertford ar gyfer yr Asiantaeth Safonau Bwyd.
- World Food Summit 1996, Rome Declaration on World Food Security.

© Hawlfraint y Goron 2023

Mae'r cyhoeddiad hwn (ac eithrio'r logos) wedi'i drwyddedu o dan delerau'r Drwydded Llywodraeth Agored fersiwn 3.0 ac eithrio lle nodir yn wahanol. Mewn mannau lle'r ydym wedi nodi unrhyw wybodaeth am hawlfraint trydydd parti, bydd gofyn i chi geisio caniatâd y rheiny sy'n dal yr hawlfraint dan sylw.

I gael rhagor o wybodaeth ac i weld y drwydded hon:

- ewch i wefan yr Archifau Gwladol
- anfonwch e-bost i psi@nationalarchives.gov.uk
- ysgrifennwch at: Information Policy Team, The National Archives, Kew, Llundain, TW9 4DU

Os oes gennych ymholiad am y cyhoeddiad hwn, cysylltwch â'r Asiantaeth Safonau Bwyd.

Cyfeirnod y prosiect: FS430662

Dilynwch ni ar Twitter: @fsacymru

Dewch o hyd i ni ar Facebook: facebook.com/AsiantaethSafonauBwyd