



## Eglurhad

Mae llawer o Bartneriaethau Bwyd SFP wedi defnyddio arolygon bwyd er mwyn cael darlun a darparu trosolwg o'u system fwyd leol, pan mae'r bartneriaeth a'r strategaeth yn cael eu datblygu ac yn nes ymlaen ym mywyd y bartneriaeth. Gall arolygon bwyd amrywio o holiaduron cyflym i ganfod ffeithiau, a chyfweiliadau'n casglu barn ar faterion bwyd allweddol, i ymgynghoriad manwl gan gynnwys arolygon ar-lein, ymgynghoriad cyhoeddus a gweithdai â grwpiau ffocws.

## Cwmpas a graddfa arolygon

Bydd cwmpas a manylder yr arolwg bwyd yn dibynnu cymaint ar bwrpas a nodau'r arolwg â'r capasiti, arbenigedd ac adnoddau sydd ar gael i'r bartneriaeth.

Yn y rhaglen SFP, mae arolygon bwyd fel arfer yn cynnwys casglu gwybodaeth ar yr amgylchedd a diwylliant bwyd lleol, a chreu gwaelodlin gwybodaeth a data er mwyn asesu a mesur newidiadau mewn agweddau ac ymddygiad. Gall arolygon manylach gynnwys casglu a deall barn a safbwyntiau pobl ledled y sector bwyd, ac o gymunedau/cymdogaethau gwahanol a chymunedau o ddiddordeb.

Mae hi'n bwysig cydnabod y bydd arolygon, yn dibynnu ar eu cwmpas a graddfa, yn gofyn am ymrwymiad amser ac egni sylweddol, yn aml y tu hwnt i gapasiti partneriaethau bwyd newydd sydd megis dechrau. Mae profiad yn dangos ei bod hi fel arfer (ond nid bob amser) ond yn bosibl pan fo partneriaeth wedi'i chefnogi neu ei chynnal gan Awdurdod Lleol neu asiantaeth statudol ag adnoddau.

## Manteision

Er nad yw'n ofynnol, mae hi'n ddefnyddiol pwysleisio pa mor werthfawr y gall arolwg fod i bartneriaeth bwyd newydd, neu i bartneriaeth sy'n asesu ei heffaith ar ôl bodoli ers sawl blwyddyn.

Ymhlith y manteision allweddol mae:

- Darparu tystiolaeth o'r angen i ddatrys problemau yn y system fwyd
- Ennill ymrwymiad o ran cyfranogiad y bartneriaeth fwyd, yn enwedig gan Awdurdodau Lleol
- Dangos tystiolaeth o ba mor bwysig yw cynnwys materion bwyd mewn polisiau ac agenda lleol
- Cynnig cyfleoedd i adeiladu momentwm mewn cymunedau o ran pennu partneriaeth fwyd a datblygu strategaeth fwyd
- Darparu cyfleoedd i godi ymwybyddiaeth am y materion ac am sefydliad partneriaeth fwyd system fwyd gyfan traws-sector
- Annog ymgysylltiad a chyfranogiad yn y broses
- Cadarnhau Grŵp Llywio'r bartneriaeth
- Datblygu profiad, sgiliau a chapasiti i gynnal arolygon yn y dyfodol.

Mae'r Arolwg Bwyd yn hynod werthfawr wrth ei gyfuno â gweithgareddau mapio'r system fwyd yn nodi pwy sy'n gwneud beth, ble (gweler yr adnodd [Mapio'r System Fwyd](#)) a phryd bydd y wybodaeth hon yn cael ei hymgorffori wrth ddatblygu strategaethau a chynlluniau gweithredu bwyd.

## Arolygu grwpiau a chymunedau penodol

Gellid ymestyn arolygon bwyd i gynnwys prosesau casglu gwybodaeth fanylach gan grwpiau o ddiddordeb penodol neu gymunedau. Gallai hyn gynnwys, er enghraifft:

- busnesau bwyd lleol (manwerthwyr bwyd, cynhyrchwyr bwyd ac ati)
- sefydliadau bwyd gweddilliol
- grwpiau sy'n cysylltu bwyd, iechyd a lles
- sefydliadau academaidd, a
- sefydliadau caffael bwyd ac arlwyo.

Gall hefyd gynnwys cymunedau gwahanol megis:

- mudwyr
- ffoaduriaid a cheiswyr lloches
- rhai sy'n gadael gofal
- pobl ag anableddau gwahanol
- yr henoed
- myfyrwyr a phlant ysgol, a
- chymunedau diwylliannol ac ethnig gwahanol.

Efallai y bydd diffyg adnoddau neu gapasiti yn golygu nad yw hi'n bosibl cynnwys ymgynghoriad â grŵp ffocws mewn arolwg gwaelodlinol cychwynol. Fodd bynnag, dylid ystyried hyn wrth gynnwys cyfranogiad cymunedol a dinasyddion yn rhan o ddatblygu'r strategaeth a'r cynllun gweithredu bwyd (gweler [Hwyluso Grwpiau Ffocws Bwyd](#) a [Gweithdy Grŵp Bwyd](#)).

## Gweithredu'r arolwg bwyd

Mae'r arolwg bwyd a gynhaliwyd gan **Bartneriaeth Fwyd Tameside** yn enghraifft o ddull y dylai partneriaethau eraill ystyried ei ddilyn. Cafodd yr arolwg ei ddatblygu drwy gydweithio rhwng Grŵp Llywio'r bartneriaeth - gan nodi amcanion, themâu a grwpiau o randdeiliaid - ac ymgynghorwyr yr arolwg, Social Marketing Gateway - a wnaeth helpu i resymoli a mireinio cwmplas a chynnwys yr arolwg. Gwnaethant hefyd gynnal dadansoddiad data a chyflwyno'r allbynnau.

Mae adroddiad ymgynghoriad bwyd Tameside yn egluro'r ffyrdd y cafodd yr arolwg ar-lein ei gyhoeddi a'i rannu ag ystod eang o bobl drwy:

- Wefan Cyngor Bwrdeistref Fetropolitan Tameside
- Rhestr bostio Sgwrs Fawr Tameside (150 o bobl)
- Aelodau Rhwydwaith Bwyd Tameside (90 o bobl)
- Cyfryngau cymdeithasol
- Cyfarfodydd fforwm cymdogaeth strategol ym mhob un o 4 o gymdogaethau Tameside
- Tîm stryd yn hyrwyddo ac ymgysylltu (arolwg ar-lein wedi'i lenwi gan 964 o bobl) mewn 6 lleoliad gwahanol yn y Fwrdeistref

- Porth staff Cyngor Bwrdeistref Fetropolitan Tameside (cyrraedd 2464 o bobl)
- Porth staff Grŵp Comisiynu Clinigol Tameside a Glossop (CCG) (84 o bobl)
- Cyfarfod meddygon teulu TARGET (70 o bobl)
- Addysg i Oedolion a Chymunedol Tameside (100 o bobl)
- Grwpiau cyflawni cymdogaethau (cyrraedd dros 50 o bobl)

Yn ôl yr adroddiad: roedd 1,370 o bobl wedi ymateb i'r arolwg ar-lein, ac roedd 975 ohonynt yn byw yn Tameside. Mae'n debygol fod y 395 sy'n weddill yn byw'n agos a/neu yn gweithio yn Tameside.

## Ailadrodd arolygon

Ar ôl pennu gwaelodlin gwybodaeth a datblygu arolwg, mae partneriaethau yn aml yn ailadrodd ac yn ymestyn arolygon wrth ddatblygu ymgyrchoedd gwobrau SFP neu wrth adnewyddu strategaethau bwyd.

## Adolygiadau llenyddiaeth a data

Cyn dechrau ar arolwg bwyd, efallai y bydd hi'n ddefnyddiol cynnal adolygiad llenyddiaeth a data lleol. Er enghraifft, mae'n bosibl y bydd gwybodaeth ddefnyddiol ar ddangosyddion iechyd ac amddifadedd eisoes ar gael. Dylai'r adolygiad gynnwys adroddiadau a data a ddarperir gan yr Awdurdod Lleol ac Iechyd y Cyhoedd, yn ogystal â sefydliadau datblygiad cymunedol lleol eraill.

Does dim rheolau pendant o ran sut y dylid strwythuro arolygon, a pha gwestiynau ddylai gael eu cynnwys. Mae'r canllaw hwn yn cynnig **templed arolwg bwyd** sylfaenol, a all gael ei ddefnyddio a'i addasu yn unol â phwrpas a chwmpas yr arolwg, a chapasiti ac adnoddau'r bartneriaeth.

## Cyflwyniad

- Mae'r **templed arolwg system fwyd** hwn yn seiliedig ar arolygon a gynhaliwyd gan:
  - **Partneriaeth Fwyd Tameside**, a ddatblygwyd gan Social Marketing Gateway, (comisiynwyd gan Gyngor Bwrdeistref Tameside ar ran Partneriaeth Fwyd Tameside) cyn i Tameside ddod yn aelod o Rwydwaith SFP, a
  - **Chyngor Dinas Birmingham**, Adran Iechyd y Cyhoedd wrth ddatblygu'r strategaeth Dinas Fwyd Iachus.
- Mae templed yr arolwg yn cynnwys pedair rhan:
  1. **Bwyta ac yfed iach**
  2. **Mynediad i fwyd**
  3. **Bwyd a'i effaith amgylcheddol**
  4. **Beth sydd angen digwydd?**
- Er ein bod yn argymhell defnyddio pob un o'r themâu uchod, gallai'r arolwg gynnwys llai o themâu neu ychwanegu rhai yn dibynnu ar bwrpas a ffocws penodol yr arolwg. Er enghraifft, yn Birmingham, roedd yr arolwg yn cynnwys rhannau ychwanegol ar **bolisi bwyd, yfed, coginio a siopa ar-lein**.

- Roedd yr arolwg hefyd yn cynnwys pumed adran ar **wybodaeth cymdeithasol-demograffeg**. Roedd ymatebion i'r adran hon yn helpu i ddarparu tystiolaeth fod yr arolwg wedi'i lenwi gan drawstoriad o ddinasyddion, neu i nodi'r bylchau yn y sampl a lle bo angen hyrwyddo'r arolwg o bosibl. Gall ymatebion hefyd helpu'r rhai sy'n dadansoddi'r arolwg i ddeall ymatebion penodol a all gael eu dylanwadu gan rai ffactorau cymdeithasol-demograffeg. Mae hi'n werth nodi ar adeg eich arolwg na fyddwch o bosibl o'r farn fod y wybodaeth yn ddefnyddiol, fodd bynnag, efallai y byddwch yn cael cais am dystiolaeth benodol maes o law y bydd y wybodaeth hon yn gallu ei darparu.
- Roedd Social Marketing Gateway yn dadansoddi, trin a chofnodi'r wybodaeth a gasglwyd yn Arolwg Tameside - maen nhw'n gwmni annibynnol a gomisiynwyd gan y Cyngor i gynnal yr arolwg. Mae hi'n bwysig cydnabod fod angen i'r dadansoddiad fod yn wrthrychol, ac osgoi unrhyw duedd a all fod yn berthnasol i aelodau'r bartneriaeth tuag at unrhyw agwedd ar y system fwyd leol. Gall ymgynghorwyr allanol helpu i gyflawni'r gwrthrychedd hwn, ond yn aml mae cyfyngiadau ariannol yn broblem. I osgoi tuedd, gall dadansoddiad yr arolwg gael ei gynnal gan grŵp cynrychioladol o aelodau'r bartneriaeth/Grwp Llywio yn cydweithio.
- Gall dadansoddi'r wybodaeth tra bod yr arolwg yn mynd rhagddo helpu i nodi lle mae'r bylchau o ran data a pha gymunedau, cymdogaethau a grwpiau penodol o bobl (rhywedd, oedran, ethnigrwydd ac ati) sy'n cael eu colli. Mae hyn yn caniatáu targedu'r gwaith o hyrwyddo'r arolwg i gau'r bylchau hynny.
- Er bod arolwg yn ffordd dda o ddechrau datblygu strategaeth fwyd, efallai y byddwch yn awyddus i ddechrau drwy wneud gwaith cynllunio strategaeth gychwynnol gyda grŵp bychan o randdeiliaid (gweler yr adnodd [Ymgysylltu â Rhanddeiliaid a Grwp Llywio <https://www.sustainablefoodplaces.org/resources/files/SFP\\_Toolkit/Stakeholder\\_Engagement\\_and\\_Steering\\_Groups.pdf>](https://www.sustainablefoodplaces.org/resources/files/SFP_Toolkit/Stakeholder_Engagement_and_Steering_Groups.pdf)). Yna, gall y gwaith cychwynnol hwn fod yn sail i'r arolwg ymgynghori drwy gynnwys cwestiwn cyffredinol: ***Dyma awgrymodd rai o'r rhanddeiliaid - beth yw eich barn chi?*** Mae arolwg fel hyn yn cynnig ymgynghoriad ar strategaeth newydd drwy broses o fireinio a chadarnhau'r hyn sydd eisoes wedi'i awgrymu. Defnyddiwyd y broses hon yn Brighton a Hove wrth ddatblygu eu strategaeth fwyd gwreiddiol.
- Mae'r **Templed Arolwg Bwyd** yn awgrymu themau a chwestiynau a all gael eu cynnwys yn yr arolwg bwyd. Nid yw'n lasbrint na'n fodel cadarn o beth ddylech chi ei wneud - bydd hynny'n dibynnu are ich cyd-destun lleol a barn a safbwyntiau grŵp llywio eich partneriaeth fwyd.

# Templed o Arolwg Bwyd

## Cyflwyniad

Hoffai **Partneriaeth Fwyd XXXXX** (rhowch yr enw) gael gwybod barn dinasyddion cyn datblygu strategaeth fwyd cynaliadwy ar gyfer y ddinas/tref/bwrdeistref (dileer fel sy'n briodol).

Bydd yr holl wybodaeth a gesglir gennych yn cael ei chadw gan grŵp llywio'r Partneriaeth Fwyd yn hollol gyfrinachol, a bydd y canfyddiadau'n gwbl ddiennw - h.y. ni fyddwch yn gysylltiedig mewn unrhyw ffordd â'r hyn a ddwedwch, felly ceisiwch fod mor onest ag sy'n bosibl.

Does dim ateb cywir nac anghywir - rydyn ni'n chwilio am adborth onest ac agored.

Rydyn ni'n bwriadu cyhoeddi canfyddiadau'r arolwg ar lefel y boblogaeth - h.y. byddwn yn ychwanegu'r holl atebion ac yn adrodd ar ganlyniadau cryno, nid canlyniadau unigol - ac os byddwn yn defnyddio dyfyniadau o ymatebion, byddant yn ddi-enw.

Diolch am eich help, rydym wir yn gwerthfawrogi!

## A. Bwyta ac yfed iach

Wrth drafod diet iach, rydyn ni'n golygu bwyta diet cytbwys sy'n bodloni'r holl anghenion maethol ac egni, ac sy'n cynnwys dograu priodol o lysiau a ffrwythau, carbohydradau, cynnyrch llaeth (neu amgen), a phroteinau, yn ôl argymhellion Iechyd Cyhoeddus Lloegr. Gweler y [Canllaw Bwyta'n Dda](#) i gael rhagor o wybodaeth.

### 1. Pa mor hawdd neu anodd yw hi i chi fwyta'n iach?

- Hawdd iawn
- Eithaf hawdd
- Ddim yn hawdd na'n anodd
- Eithaf anodd
- Anodd iawn

### 2. Oes unrhyw rai o'r canlynol yn ei gwneud hi'n anodd i chi fwyta'n iach gartref?

Dewiswch bob un sy'n berthnasol.

- Ddim yn gwybod/ddim yn siŵr beth sy'n cynrychioli diet iach
- Pris bwyd iach
- Diffyg sgiliau a hyder wrth goginio
- Diffyg amser - mae'n cymryd amser hir i goginio'n iach
- Mae fy nheulu'n gwrthod bwyta bwyd iach
- Dim offer cywir e.e. popty
- Dim offer cywir e.e. cyllyll a sosbenni
- Does gen i ddim dull trafndiaeth i'r archfarchnad
- Labelau bwyd yn anodd eu deall e.e. Iwfans dyddiol a argymhellir, faint o siwgr/halen ac ati.
- Pris nwy neu drydan ar gyfer coginio
- Rhywbeth arall (rhowch fanylion)

3. Oes unrhyw rai o'r canlynol yn ei gwneud hi'n anodd i chi fwyta'n iach i ffwrdd o adref e.e. yn y gwaith neu yn ystod amser hamdden pan fyddwch chi'n siopa/cymdeithasu ac ati? Dewiswch bob un sy'n berthnasol.

- Cael hi'n anodd dod o hyd i opsiynau iach mewn archfarchnadoedd
- Cael hi'n anodd dod o hyd i opsiynau iach mewn siopau lleol
- Cael hi'n anodd dod o hyd i opsiynau iach mewn caffis
- Cael hi'n anodd dod o hyd i opsiynau iach mewn bwytai
- Cael hi'n anodd dod o hyd i opsiynau iach mewn siopau tec-awê bwyd poeth
- Nifer uchel o leoedd y mae byrbrydau a diodydd afiach ar gael
- Llawer o siopau tec-awê bwyd poeth yn lleol
- Dim labelau bwyd ar gael
- Labeli bwyd yn anodd eu deall e.e. lwfans dyddiol a argymhellir, faint o siwgr/halen ac ati.
- Rwy'n aml yn prynu cynnyrch llai iach ar gynigion prynu (e.e. 3 am bris 2) i arbed arian
- Mae bwyd iach yn tueddu i fod yn ddrytach
- Rhywbeth arall (rhowch fanylion)

4. Sut fyddech chi'n sgorio'ch hun o ran bwyta'n iach? Meddyliwch am y 3 mis olaf yn benodol.

1 = ddim yn bwyta'n iach o

gwbl

10 = bwyta diet iach dros ben

5. Sut fyddech chi'n hoffi gwneud eich diet yn iachach? Dewiswch bob un sy'n berthnasol.

- Lleihau faint dwi'n ei fwyta/maint dognau
- Lleihau faint o halen dwi'n ei fwyta
- Lleihau faint o siwgr dwi'n ei fwyta
- Lleihau faint o fraster dwi'n ei fwyta
- Bwyta llai o fwydydd wedi'u prosesu
- Bwyta mwy o ffrwythau a llysiau
- Yfed llai o ddiodydd â siwgr
- Coginio bwyd ffres yn amlach
- Gwella sgiliau a hyder wrth goginio
- Yfed llai o ddiodydd â siwgr
- Yfed llai o alcohol
- Yfed mwy o ddŵr
- Rhywbeth arall (rhowch fanylion)
- Does gen i ddim diddordeb mewn gwella fy niet

## B. Mynediad i fwyd

1. Pa rai o'r datganiadau canlynol sy'n disgrifio orau y bwyd a gafodd ei fwyta yn eich aelwyd dros y 12 mis diwethaf?
  - Roeddech chi ac aelodau eraill o'r aelwyd bob amser yn cael digon o'r mathau o fwydydd roeddech eisiau eu bwyta.
  - Roedd gennych chi ac aelodau eraill o'r aelwyd ddigon i'w fwyta, ond nid y mathau o fwydydd yr oeddech eisiau eu bwyta bob amser.
  - Weithiau doedd gennych chi ac aelodau eraill o'r aelwyd ddim digon i'w fwyta.
  - Yn aml, doedd dim digon i chi ac aelodau o'ch aelwyd ei fwyta.

I ba raddau mae'r datganiadau canlynol wedi bod yn wir i'ch sefyllfa fwyd yn yr aelwyd dros y 12 mis diwethaf?

2. Rydyn ni'n poeni y bydd bwyd yn rhedeg allan cyn inni gael arian i brynu mwy.
  - Gwir yn aml
  - Gwir weithiau
  - Byth yn wir
  - Ddim yn gwybod/Byddai'n well gen i beidio â dweud
3. Doedd y bwyd a brynom ddim yn para, a doedd dim digon o arian i brynu mwy.
  - Gwir yn aml
  - Gwir weithiau
  - Byth yn wir
  - Ddim yn gwybod/Byddai'n well gen i beidio â dweud
4. Doedden ni'n methu fforddio bwyta prydau cytbwys.
  - Gwir yn aml
  - Gwir weithiau
  - Byth yn wir
  - Ddim yn gwybod/Byddai'n well gen i beidio â dweud
5. Beth yw eich barn am nifer y siopau tec-awê bwyd poeth yn Tameside?
  - Gormod
  - lawn
  - Dim digon
6. Ble ydych chi'n prynu'r rhan fwyaf o'ch bwyd?
  - Archfarchnad
  - Siop gyfleustodau lleol/7-11
  - Stondinau marchnad
  - Siopau bwyd annibynnol
  - Siop ddisgowntiau e.e. Poundstretcher
  - Siopau bwyd wedi rhewi e.e. Iceland
  - Siopau tec-awê
  - Cynlluniau bwyd cymunedol e.e. pantry bwyd
  - Rhywle arall (rhowch fanylion)

## C. Bwyd a'i effaith amgylcheddol

1. I ba raddau ydych chi'n meddwl am effaith amgylcheddol plastigau untro wrth brynu bwyd a diod? (Plastigau untro yw'r rhai a ddefnyddir unwaith yn unig cyn cael eu gwaredu neu ailgylchu. Ymhlith enghreifftiau mae poteli dŵr, gwellt yfed, bagiau plastig, ffilm plastig ar fwydydd ac ati)
  - Yn aml
  - Weithiau
  - Byth
2. Pa un o'r rhain sy'n berthnasol i chi?
  - Dwi'n osgoi prynu bwyd mewn llawer o becynnau os yw'n bosibl
  - Dwi'n cario potel dŵr y gallaf ei ail-lenwi yn aml
  - Dwi'n osgoi prynu poteli dŵr untro
  - Dwi'n cario cwpan coffi/diodydd poeth y gallaf ail-lenwi
  - Dwi'n ailgylchu pecynnau bwyd a diod lle bo'n briodol
  - Rhywbeth arall (rhowch fanylion)
3. Yn eich barn chi, pa mor bwysig yw lleihau swm y bwyd bwydadwy rydyn ni'n ei waredu?
  - 1 = Ddim yn bwysig o gwbl
  - i
  - 5 = Pwysig iawn
4. Ar gyfartaledd, pa mor aml ydych chi'n dod o hyd i fwyd yn yr oergell/cwprdd sydd wedi llwydo ac sydd angen ei waredu, neu'n gwaredu bwyd bwydadwy nad ydych ei eisiau e.e. bwyd sy'n weddill?
  - Mwy nag unwaith yr wythnos
  - Unwaith yr wythnos
  - Unwaith y mis
  - Unwaith bob ychydig fisoedd
  - Llai aml
5. Pa un o'r canlynol fyddech chi'n dweud sy'n disgrifio'r rhesymau orau pam eich bod chi/eich aelwyd yn gwastraffu bwyd? (Dewiswch hyd at dri rheswm)
  - Dwi'n siopa bob wythnos ac yn prynu gormod
  - Dwi ddim yn edrych i weld beth sydd yn yr oergell cyn prynu bwyd
  - Dwi'n prynu gormod oherwydd mae llawer o'r cynnyrch dwi eisiau ei brynu ar gael mewn pecynnau mawr yn unig
  - Dwi'n prynu gormod oherwydd cynigion prynu neu gynigion tebyg
  - Does gen i ddim amser i baratoi'r bwyd ac mae'n llwydo
  - Dwi'n prynu bwyd sydd ar ddisgownt (yn agos at y dyddiad 'bwyta erbyn' neu 'defnyddio erbyn') ac yn aml mae'n rhaid i mi ei waredu
  - Dwi'n paratoi gormod o fwyd, ac yna nid yw'n cael ei fwyta/mae'n cael ei adael ar y plât
  - Dwi'n prynu bwyd ac yna mae fy nghynlluniau'n newid
  - Mae'r cynnyrch wedi mynd heibio'r dyddiad 'bwyta erbyn'
  - Mae'r cynnyrch wedi mynd heibio'r dyddiad 'defnyddio erbyn'
  - Arall (rhowch fanylion)



## D. Beth sydd angen digwydd?

Mae llawer o resymau pam fod pobl yn ei chael hi'n anodd cael diet cytbwys ac iach sy'n bodloni anghenion maethol ac egni, ac sy'n arwain at bwysau iach.

1. Dwedwch wrthym beth fyddai, yn eich barn chi, yn eich helpu chi neu bobl eraill yn XXXXXX i fwyta'n iachach?

Mae tyfu, magu, ffermio, prosesu, cludo, storio, coginio a gwaredu'r bwyd rydym i gyd yn ei fwyta yn cael effaith ar yr amgylchedd. Mae nwyon tŷ gwydr, pecynnau plastig a gwastraff bwyd oll yn faterion amgylcheddol sy'n ymwneud â bwyd.

2. Beth allwn ni ei wneud yn XXXXXXXX naill ai fel unigolion, mewn teuluoedd, cymunedau neu sefydliadau i leihau effaith y bwyd rydyn ni'n ei fwyta ar yr amgylchedd?

## E. Cwestiynau cymdeithasol-demograffeg

Bydd y set olaf o gwestiynau yn ein helpu i ddadansoddi'r arolwg. Bydd eich ymatebion unigol yn cael eu cadw'n gyfrinachol gan grŵp llywio'r Bartneriaeth Fwyd.

1. Oedran: I ba grŵp oedran ydych chi'n perthyn?
  - 16-24
  - 25-34
  - 35-44
  - 45-54
  - 55-64
  - 65-74
  - 75+
  - Mae'n well gen i beidio â dweud
2. Rhyw: Pa un o'r canlynol sy'n disgrifio orau'r ffordd rydych chi'n meddwl amdanoch chi eich hun?
  - Dyn (gan gynnwys dyn traws)
  - Menyw (gan gynnwys menyw traws)
  - Anneuaidd
  - Rhyw ffordd arall
  - Mae'n well gen i beidio â dweud
3. Cyfeiriadedd rhywiol: Pa un o'r canlynol sy'n disgrifio orau'r ffordd rydych chi'n meddwl amdanoch chi eich hun?
  - Hoyw
  - Strêt neu heterorywiol
  - Lesbiaidd
  - Deurywiol
  - Arall (rhowch fanylion)
  - Mae'n well gen i beidio â dweud
4. Pa un o'r canlynol sy'n disgrifio orau eich sefyllfa fyw?
  - Dwi'n byw ar fy mhen fy hun
  - Mae fy mhartner a fi yn byw gyda'n gilydd heb blant
  - Dwi'n byw gyda fy mhlant heb bartner
  - Mae fy mhartner a fi yn byw gyda'n plant
  - Dwi'n rhannu tŷ/byw gyda ffrindiau
  - Dwi'n byw gartref gyda'm rhieni/aelodau eraill o'r teulu
  - Arall (rhowch fanylion)
5. Gan gynnwys chi, faint o bobl sy'n byw yn eich aelwyd?
  - 1
  - 2
  - 3
  - 4
  - 5
  - 6+

6. Nodwch i ba grŵp galwedigaethol ydych chi'n perthyn:
- Cyflogedig â thâl
  - Hunangyflogedig
  - Di-waith ac yn chwilio am waith
  - Di-waith ond ddim yn chwilio am waith ar hyn o bryd
  - Rhiant gartref/cadw tŷ
  - Myfyriwr
  - Yn y lluoedd arfog
  - Wedi ymddeol
  - Ddim yn gallu gweithio
  - Arall (rhowch fanylion)
7. Sut fydddech chi'n disgrifio eich ethnigrwydd?
- Gwyn (Prydeinig, Gwyddelig, Sipsi neu Deithiwr Gwyddelig neu Wyn Arall)
  - Cymysg/Sawl grŵp ethnig (Gwyn a Du Caribiaidd, Gwyn a Du Affricanaidd, Gwyn ac Asiaidd, Cymysg Arall)
  - Asiaidd/Asiaidd Prydeinig (Indiaidd, Pacistanaidd, Bangladeshaidd, Tsieineaidd, Asiaidd Arall)
  - Du/Affricanaidd/Caribiaidd/Du Prydeinig (Affricanaidd, Caribiaidd, Du Arall)
  - Grŵp ethnig arall (Arabiaidd, Unrhyw grŵp ethnig arall)
  - Mae'n well gen i beidio â dweud
8. Beth yw eich crefydd?
- Dim crefydd
  - Cristnogol (gan gynnwys Yr Eglwys yn Lloegr, Catholig, Protestannaidd a phob enwad Cristnogol arall)
  - Bwdhydd
  - Hindŵ
  - Iddewig
  - Mwslimaidd
  - Sîc
  - Unrhyw grefydd arall (rhowch fanylion)
  - Mae'n well gen i beidio â dweud
9. A yw eich gweithgareddau bob dydd yn gyfyngedig oherwydd problem iechyd neu anabledd sydd wedi para, neu y mae disgwyl iddo bara, o leiaf 12 mis? Cofiwch gynnwys problemau ynghylch heneiddio (Ticiwch un boc yn unig).
- Ydy, cyfyngedig iawn
  - Ydy, eithaf cyfyngedig
  - Na
10. Ydych chi'n ofalwr?
- Ydw
  - Nac ydw
  - Mae'n well gen i beidio â dweud
11. Beth yw eich cod post? (Defnyddir hwn at ddibenion dadansoddi data yn unig)